

быстро, вкусно, просто



Лучшие рецепты мира

Pi-Yao Greend

быстро, вкусно, просто



Лучшие рецепты мира

МИНСК
ХАРВЕСТ

УДК 641.5
ББК 36.997
Л 87

Автор-составитель *Любовь Смирнова*

Л 87 **Лучшие рецепты мира** / Авт.-сост. Л. Смирнова. — Минск : Харвест, 2009. — 64 с.

ISBN 978-985-16-0189-5.

Представлены рецепты экзотических блюд многих стран мира. Прочитав ее читатель откроет для себя много нового и необычного. Некоторые рецепты могут показаться диковинными. Они еще не известны у нас. Итак, дерзайте!

Для широкого круга читателей.

УДК 641.5
ББК 36.997

ISBN 978-985-16-0189-5

ПРЕДИСЛОВИЕ

Людям свойственно стремление познавать новое и необычное, чего бы это ни касалось. Один из способов узнать новый мир, новых людей, их культуру заключается в ознакомлении с кухней разных стран. На Западе распространен такой вид путешествия, как гастрономические туры по этническим ресторанам разных стран. Тот, кто не в состоянии позволить себе много путешествовать, может поэкспериментировать на собственной кухне.

В этой книге собраны рецепты блюд из самых разных уголков мира. Представлены оригинальные сочетания традиционных продуктов, таких обычных, повседневных и порой надоевших своим однообразием.

Экзотические сочетания, казалось бы, несовместимых продуктов оказываются, во-первых, в высшей степени привлекательными с точки зрения вкуса, а во-вторых, придают обычным блюдам необычный вид и аромат.

Дорогие любители экзотики и гурманы, эта книга для вас!

КИТАЙ

Китайцы любят соединять, казалось бы, несовместимое. Они могут сварить бульон из говядины, птицы и рыбы одновременно, любят добавлять изюм в мясные блюда. Один мудрый китаец сказал: «Китайская кухня имеет ту же значимость в мире вкусовых ощущений, что и европейская музыка в мире звуков».

ИЗЫСКАННЫЙ РИС

Рис смешать с сахаром и говяжьим жиром и выложить в форму для пудинга (пласт 2 см). Сверху положить различные фрукты и слегка придавить. Затем опять положить слой риса, затем фруктов и т. д. Верхний слой должен быть из риса. Варить на паровой бане в течение $^1/_2$ часа. Снять с огня, дать блюду несколько остыть и подавать в теплом виде.

3—4 стакана отварного рассыпчатого риса, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка говяжьего жира или сливочного масла (соскобленного ножом с куска), фрукты (свежие или сушеные), финики, орехи, миндаль.

КРАБЫ С ОГУРЦОМ

Для приготовления этого салатного блюда огурцы нарезать ломтиками. Из крабов удалить все костные пластинки. Смешать их с огурцами, выложить на тарелку горкой, вокруг положить дольки огурца. Салат полить соевым соусом с уксусом, кунжутным маслом и глютаматом.

Вместо зеленого огурца можно использовать и зеленый салат.

Консервированные крабы (1 банка), 100 г свежих огурцов, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка кунжутного масла, 1/4 ч. ложки глютамата, 1 ст. ложка уксуса.

ОГУРЦЫ В ПЛАЩЕ

Огурцы вымыть. Нарезать тонкими ломтиками, но разрезать не до конца, а лишь на 3/4 диаметра огурца. Огурцы перевернуть, продолжать нарезать, изменив угол: нож и огурец должны составлять 45°, нож при этом также погружается на 3/4 диаметра огурца. Нарезанные огурцы выложить в тарелку, посыпать солью и оставить на 1 час, после этого слить накопившуюся жидкость, добавить пластинки имбиря, сахар и уксус, придавить чистой тарелкой на полчаса, затем можно подавать на стол.

1 кг огурцов, 5 г соли, 150 г сахара, 5 г уксуса, 10 г мелких пластинок имбиря.

ФАСОЛЬ В ИМБИРНОМ СОУСЕ

Фасоль вымыть, удалить прожилки. В кастрюле вскипятить воду, опустить туда фасоль, затем вынуть и переложить в другую посуду для охлаждения. Посыпать солью и оставить на 5 минут, затем слить собравшуюся жидкость.

Добавить имбирный порошок, глютамат, уксус, ароматизирующее масло так, чтобы фасоль равномерно была погружена в приправы, и оставить на 5—10 минут. Затем выложить на тарелку и подавать на стол.

Это блюдо относится к Сычуаньской кухне.

500 г фасоли, 35 г имбирного порошка, 40 г уксуса, 5 г соли, 3,5 г глютамата, 10 г ароматизирующего масла.

КАРТОФЕЛЬ В САХАРЕ

Картофель очистить и нарезать брусочками длиной около 3 см и толщиной 1 см. Обжарить картофель во фритюре до образования золотистой корочки.

В это же время приготовить сахарный сироп в широкой низкой кастрюле: сахар высыпать в воду, кастрюлю поставить на огонь и, снимая пену и помешивая, довести его до степени «толстой нитки» (зачерпнутый ложкой сироп должен стекать ниткой, не дробясь на капли).

Обжаренный картофель сразу же положить в сироп, быстро перемешать деревянной ложкой (стараясь не повредить). Через 1—2 минуты картофель вынуть из сиропа и подать к столу.

10—12 средних по размеру картофелин.

Для сиропа — 250 г сахара и 1 стакан воды, для фритюра — 1 л растительного масла или растопленного свиного сала.

РЫБА РУБЛЕНАЯ В СОУСЕ

Филе судака без костей и кожи нарезать на кусочки и пропустить через мясорубку с частой решеткой. В измельченную массу добавить белки яиц, рисовую водку, положить мелкорубленый имбирь, репчатый лук и хорошо размешать.

Фарш ложкой положить в виде оладий во фритюр. Когда кусочки фарша всплывут, их нужно откинуть на дуршлаг и сейчас же положить на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира, влить незаправленный куриный бульон (50 г), рисовую водку, добавить концентрат, соль. Когда жидкость закипит, снять пену, а затем, вращая сковороду, струйкой влить сначала крахмал, разведенный холодной водой (1:2), а затем растопленное свиное сало.

200 г рыбы, 2 яйца (белок), 10 г рисовой водки, 30 г свиного сала, 10 г крахмала, 10 г свежего имбиря, 13 г репчатого лука, 5 г концентрата.

СУДАК АРОМАТИЧНЫЙ

Филе судака без реберных костей и кожи нарезать небольшими ломтиками весом 20—25 г и замариновать.

Для маринования ломтики рыбы положить в посуду, добавить имбирь, зеленый лук, нарезанные соломкой, соль, порошок ароматических специй — усянмянь (в состав порошка входят: бадьян, душистый перец, имбирь, корица, укроп), влить соевый соус и поставить в холодное место на 3—4 часа.

Маринованные ломтики рыбы жарить во фритюре, а затем охладить.

320 г судака, 30 г свиного сала, 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 5 г кунжутного масла, 25 г порошка ароматических специй (усянмянь).

СУДАК КОПЧЕНЫЙ

Подготовленного судака запластовать, сверху каждой половины филе сделать ножом неглубокие поперечные надрезы в виде косой клетки. Затем филе замариновать.

Для маринования подготовленное филе судака натереть солью, смешанной с душистым перцем и концентратом, а затем смочить в соевом соусе с добавлением рисовой водки. После этого филе положить в посуду, добавить крупно нарезанный имбирь, репчатый лук и поставить в холодное место на 20—30 минут. Маринованного судака опустить в сильно нагретый фритюр и сейчас же вынуть. После этого рыбу коптить не более 10 минут.

300 г судака, 20 г свиного сала.

Для маринада: 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 10 г рисовой водки, 10 г имбиря, 13 г репчатого лука, 12 г зеленого лука, 5 г концентрата, 1 г корицы, 1 г бадьяна, 1 г душистого перца, 5 г соли.

РЫБА ТУШЕНАЯ С СОЕВОЙ ПАСТОЙ

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть; на коже рыбы с двух сторон сделать поперечные неглубокие надрезы. После этого рыбу обжарить во фритюре и откинуть. Подготовленную таким образом рыбу положить на сковороду, влить незаправленный куриный бульон (200 г), рисовую водку, добавить концентрат, накрыть сковороду крышкой и держать на слабом огне до испарения жидкости.

Рыбу положить на блюдо или тарелку и полить соусом, приготовленным из соевой пасты. Для этого на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира положить соевую пасту, соль, сахар, концентрат, влить рисовую водку, незаправленный куриный бульон (20 г), крахмал, разведенный холодной водой (1:2), и, непрерывно мешая чумичкой (от себя), проварить до загустения.

200 г рыбы, 25 г соевой пасты, 5 г соевого соуса, 25 г свиного сала, $^1/_2$ шт. куриного яйца (белок), 10 г рисовой водки, 15 г сахара, 10 г крахмала, 5 г концентрата.

РУЛЕТ ПАРОВОЙ ПО-ПЕКИНСКИ

Несоленый свиной шпик и филе судака без кожи и костей нарезать на кусочки и одновременно пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. В измельченную массу добавить белки яиц, кунжутное масло, настой свежего имбиря, мелко рубленный репчатый лук, крахмал, разведенный водой (1:1), концентрат и хорошо перемешать.

Приготовленный фарш тонким слоем разложить на специально выпеченный яичный блин, свернуть его в виде трубочки, положить в специальное сито и варить на пару до готовности. Готовый рулет смазать кунжутным маслом, охладить и хранить в холодном месте.

60 г шпика, 100 г судака, 3—4 шт. яйца, в том числе $^1/_4$ шт. для блинчиков, 10 г крахмала, 5 г кунжутного сала, 5 г свежего имбиря, 6 г репчатого лука.

КРЫЛЫШКИ УТКИ АРОМАТИЧНЫЕ

Крылышки утки ошпарить кипятком и очистить, после чего положить их в кастрюлю, влить бульон, заправленный соевым соусом, рисовой водкой, концентратом, настоем имбиря и солью, добавить нарезанный кусочками свежий имбирь и репчатый лук, концентрат, бадьян, перец, корицу, гвоздику и варить на слабом огне. Готовые крылышки вынуть из бульона и охладить.

300 г крылышек утки, 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 10 г рисовой водки, 12 г свежего имбиря, 12 г репчатого лука, по 1 г бадьяна, корицы, гвоздики, перца.

ПОТРОХА ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ АРОМАТИЧНЫЕ

Желудки домашней птицы разрезать, очистить и хорошо промыть; с внутренней стороны желудка снять пленку. После этого варить их до готовности с ароматическими специями, откинуть и охладить.

С печенки срезать желчный пузырь, промыть, ошпарить кипятком, откинуть и охладить.

300 г потрохов домашней птицы, 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 10 г рисовой водки, 5 г концентрата, 13 г репчатого лука, 10 г петрушки, 10 г укропа, по 1 г бадьяна, душистого перца, корицы, гвоздики.

СОЛЕНЫЕ ПУПКИ И ПЕЧЕНЬ ПТИЦЫ

Пупки и печень промыть и выложить в миску, добавить соль и в течение 1 минуты помять рукой, затем добавить половину лука и имбиря, а также душистый перец, все перемешав, мариновать 4 часа.

В кастрюлю налить 800 г чистой воды и на сильном огне довести до кипения, добавив оставшиеся лук и имбирь; маринованные потроха ополоснуть чистой водой и положить в кастрюлю, добавить водку. Сняв пену варить в течение 20 минут на слабом огне. Жидкость слить, потрохам дать остыть, а затем нарезать их кусочками и выложить на тарелку.

500 г пупков и печени птицы, 25 г соли, по 12 г водки, нарезанного лука, 15 г нарезанного имбиря, 4 г душистого перца.

СВИНИНА ПОД СЛАДКИМ СОУСОМ

Кусок постной свинины очистить от сухожилий, сверху сделать неглубокие надрезы и обжарить во фритюре до образования светло-коричневой корочки. Потом положить его в кастрюлю и залить бульоном так, чтобы мясо было покрыто, и тушить до готовности. Затем свинину вынуть, а в оставшийся охлажденный бульон добавить сахар, соевый соус, водку, имбирь, глютамат, крахмал и варить до загустения. Этим соусом полить свинину и охладить, порезать тонкими ломтиками, уложить на тарелке и украсить свежими огурцами.

500 г свинины, 50 г свиного жира, 3 ст. ложки соевого соуса, 2 ч. ложки водки, 120 г свежего имбиря, $1/2$ ч. ложки глютамата, 3 ст. ложки сахара, 10 г крахмала.

МЯСО В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ

Свинину нарезать кубиками по 1 см, огурцы кубиками по 0,8 см. Яйца разбить в миску, добавить 25 г сухого крахмала и перемешать, а затем все смешать с кубиками свинины.

Сковороду поставить на огонь, налить масло и разогреть до средней степени, положить мясо и жарить до появления золотистого цвета. Затем мясо вынуть, отделяя кусочки друг от друга. Масло разогреть почти до кипения и еще раз обжарить мясо. Кусочки мяса вынуть и дать маслу стечь.

В сковороду налить 20 г масла, положить лук, имбирь, прожарить до появления аромата, добавить кетчуп и затем 100 г чистой воды, соль, водку, сахар, уксус, чтобы получился кисло-сладкий вкус. Одновременно положить кусочки мяса и огурцов, жарить приблизительно 1—2 минуты, загустить разведенным крахмалом, и блюдо готово.

150 г жирной свинины, 50 г огурцов, 1 яйцо, 30 г сухого крахмала, 3 г соли, 15 г уксуса, 20 г сахара, 4 г водки, 50 г томатпасты или кетчупа, 10 г нарезанного лука, 10 г пластинок имбиря, 150 г растительного масла.

СВИНИНА С ПОБЕГАМИ ЧЕСНОКА

Мякоть свинины нарезать соломкой, смочить ее в смеси белка с крахмалом, разведенным в холодной воде (1:1), хорошенько перемешать, добавить немного растительного масла, отдельно нарезать побеги чеснока. Нагреть сковородку, вылить на нее растительное масло, дав ему хорошенько нагреться, опустить свинину и прожарить до образования золотистой

корочки. Затем добавить подготовленную в отдельной посуде смесь из соевого соуса и вина, положить побеги чеснока, соль, глютамат, перемешать и выложить горкой на тарелку.

Этим же способом готовится свинина, поджаренная соломкой с черемшой, и свинина, поджаренная с ростками гороха маша.

150 г свинины, 200 г молодых побегов чеснока, 25 г растительного масла, 20 г соевого соуса, 2 г глютамата, 10 г вина, 15 г крахмала, 1 белок яйца, соль по вкусу.

СВИНИНА, ЖАРЕННАЯ С СОЕВОЙ ПАСТОЙ

Зачищенную мякоть задней ноги или корейки нарезать небольшими кубиками и смочить в смеси белка с крахмалом, разведенным холодной водой (1:1).

Свинину жарить во фритюре до образования бледной корочки и откинуть. На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира положить соевую пасту, сахар, концентрат, влить рисовую водку, соевый соус, куриный бульон и, непрерывно помешивая, проварить до загустения, после чего положить свинину, встряхнуть, перемешать и влить растопленное свиное сало.

120 г свинины, 25 г соевой пасты, $1/4$ шт. яйца (белок), 20 г крахмала, 30 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 10 г рисовой водки, 10 г сахара, 5 г концентрата.

СВИНИНА ЖАРЕНАЯ ПО-ГУНБАО

Мякоть задней ноги или корейки зачистить и нарезать небольшими кубиками. Подготовленные ростки бамбука нарезать кубиками. Имбирь мелко порубить.

Свинину смочить в смеси белка и крахмала, разведенного в холодной воде (1:1), жарить во фритюре до образования бледной корочки и откинуть. Одновременно на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира влить соус доубаньцзян, положить концентрат, имбирь, зеленый лук, нарезанный кусочками длиной 2 см, ростки бамбука, зеленый горошек, влить заправленный бульон (20 г), соевый соус, рисовую водку, концентрат, настой имбиря и, встряхивая сковороду на огне, прожарить продукты.

После этого положить свинину, повторить встряхивание и влить растопленное свиное сало.

120 г свинины, 10 г сушеных ростков бамбука, 30 г зеленого консервированного горошка, 30 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 10 г рисовой водки, 20 г соуса доубаньцзян, 10 г свежего имбиря, 13 г зеленого лука, 20 г крахмала, $1/4$ шт. яйца (белок), 5 г концентрата, 2 г сахара.

ГОВЯДИНА С АПЕЛЬСИНОВОЙ ЦЕДРОЙ

Мясо нарезать тонкими ломтиками, посолить их, смочить водкой, оставить так на 10 минут. Плоды красного перца освободить от семян, нарезать квадратиками, репчатый лук и апельсиновую цедру (можно и мандариновую, и лимонную), имбирь — все нарезать тоже квадратиками.

Ломтики мяса обжарить и откинуть. На эту же сковороду, оставив на ней часть жира, положить душистый перец, прожарить его и вынуть шумовкой, затем положить кусочки красного жгучего перца, тоже поджарить, добавить мясо, цедру, лук, имбирь, соевый соус, глютамат, бульон — до 50 г — и тушить на слабом огне до неполного выпаривания жидкости, а под конец добавить кунжутное масло.

500 г мяса, 50 г растительного масла, 50 г цедры, 1 ст. ложка соевого соуса, 2 ч. ложки водки, 1/2 ч. ложки глютамата, 1 луковица, 1 плод красного жгучего перца, 4—5 горошин — душистого, 20 г свежего имбиря, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу, 1 ч. ложка кунжутного масла.

ГОВЯДИНА В СОУСЕ

Бадьян, корицу, анис, гвоздику, солодку и кардамон положить в хлопчатобумажный мешочек и завязать, подготовив тем самым мешочек с приправами.

Поместить сковороду на огонь и разогреть в ней масло, добавить сахар так, чтобы он растаял, изменив цвет на коричневый, после этого добавить 250 г воды, доведя до кипения для получения сахарного раствора.

Поставить на огонь кастрюлю, налить в нее бульон, положить лук, имбирь, соль, добавить водку и приготовленный сахарный раствор, поместить туда мешочек с приправами, варить в течение 1 часа на среднем огне до получения особого аромата.

Мясо промыть, недолго проварить в другой кастрюле, вынув, сполоснуть и разрезать на четыре части. Затем переложить мясо в кастрюлю с приправами и на сильном огне довести до кипения. Сняв пену, переключить на слабый огонь и варить до готовности. После этого мясо вынуть и оставить остыть, а затем, нарезав ломтиками, выложить на тарелку.

Это блюдо относится к Сычуаньской кухне. Подготовленный соус может храниться и использоваться для приготовления различных мясных блюд, блюд из птицы и субпродуктов.

Считается, что, чем дольше хранится этот соус, чем больше он используется для приготовления, тем более насыщенным становится его аромат. Это происходит потому, что, чем чаще используется соус для приготовления блюд, тем больше содержание в нем растворимого белка. Кроме того, при каждом использовании соуса необходимо добавлять приправы, и таким образом его вкус становится все более насыщенным. Такой соус, хранимый длительное время и многократно используемый, называется «старым соусом».

При хранении соуса следует обратить внимание на следующие моменты: избегать касания соуса руками; при хранении нельзя добавлять в него сырую воду или иные сырые продукты, тем самым препятствуя размножению бактерий; при приготовлении новых продуктов надо снимать образующуюся пену, а после варки снимать жир; необходимо регулярно очищать соус, особенно это касается кусочков имбиря и лука, которые после каждого использования надо вынимать; нужно регулярно разогревать соус, доводя его до кипения и уничтожая таким образом бактерии. Летом тепловая обработка требуется один раз в 2—3 дня, зимой — раз в неделю; соус должен храниться в закрытой посуде в прохладном месте.

2 кг говяжьей вырезки, 3 л свежего бульона, 300 г соли, 150 г сахара, 100 г рисовой водки (можно заменить обычной водкой или коньяком), 15 г бадьяна, по 10 г корицы, аниса, гвоздики, солодки, 3 г кардамона, 60 г имбиря, 100 г перьев лука, 20 г масла.

ГОВЯДИНА, ЖАРЕННАЯ С ЦИТРУСОВЫМИ

Вырезку или мякоть задней ноги нарезать тонкими ломтиками, засолить и мариновать 5 минут в рисовой водке.

Имбирь, репчатый лук, красный стручковый перец, цедру апельсинов, мандаринов или лимонов нарезать небольшими квадратиками.

Подготовленное мясо жарить во фритюре до образования коричневой корочки и затем откинуть. На эту же сковороду, оставив на ней немного жира, положить душистый перец и, встряхивая сковороду, прожарить его, затем положить красный стручковый перец и также прожарить его, встряхивая сковороду. После этого добавить мясо, кусочки цедры, лук, имбирь, концентрат, сахар, соевый соус, рисовую водку, незаправленный бульон, поставить на слабый огонь и держать на нем до тех пор, пока жидкость не испарится. По готовности охладить.

Мясо встряхиванием перемешать и положить на тарелку вместе с цитрусовыми, луком, имбирем и красным стручковым перцем.

300 г говядины, 30 г кунжутного масла, 30 г цедры апельсина, мандарина или лимона, 5 г концентрата, 5 г соевого соуса, 10 г рисовой водки, 13 г репчатого лука, 5 г красного перца, 1 г душистого перца, 13 г имбиря, 5 г сахара, 5 г соли.

БАРАНИНА ПО-ПЕКИНСКИ

Баранину нарезать соломкой поперек волокон, лук — кубиками. Кусочки баранины запанировать в смеси белка, крахмала и холодной воды и вместе с луком обжарить во фритюре, постоянно помешивая. Добавить соевый соус, водку, соль (по вкусу), глютамат, кунжутное масло, перемешать и снять с огня.

150 г баранины, 150 г репчатого лука, 30 г жира, 1 ч. ложка водки, 2 ч. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка кунжутного масла, $1/4$ ч. ложки глютомата, 20 г крахмала, белок 1 яйца.

БАРАНИНА АРОМАТИЧНАЯ (ФРИ)

Мякоть задней ноги баранины зачистить. У корейки и грудинки с внутренней стороны посередине ребер надрезать пленку и зачистить от жира.

Подготовленную баранину положить в посуду, налить воду так, чтобы мясо было ею покрыто, добавить ароматические овощи, приправы, специи (соевый соус, рисовую водку, лук репчатый, петрушку, укроп, имбирь, концентрат, корицу, гвоздику, бадьян, душистый перец) и варить при слабом кипении. Готовую баранину вынуть; из грудинки и корейки удалить кости. Охлажденное мясо нарезать на порционные куски (по одному на порцию) и хранить, как полуфабрикат.

Баранину смочить в смеси яйца с крахмалом, разведенным в воде, и жарить во фритюре, после чего откинуть на дуршлаг и нарезать на кусочки.

200 г баранины, $1/2$ яйца, 20 г свиного сала, 10 г рисовой водки, 10 г петрушки, 20 г крахмала, 10 г укропа, 12 г репчатого лука, 13 г имбиря, 5 г концентрата, 5 г соли, по 1 г корицы, гвоздики, бадьяна, душистого перца.

ВЫРЕЗКА ЖАРЕНАЯ С ОМЛЕТОМ

Вырезку зачистить от пленок и нарезать соломкой. Вырезку обжарить в слабо нагретом фритюре и откинуть. На эту же сковороду, оставив на ней немного жира, положить предварительно замоченные и отжатые от воды цветы хуанхуа, грибы муар и зеленый лук, нарезанный кусочками длиной 2 см, влить незаправленный куриный бульон (20 г), добавить рисовую водку, соевый соус, концентрат. При неоднократном встряхивании сковороды продукты прожарить, а затем положить приготовленный омлет, вырезку и, не прекращая встряхивания, влить растопленный свиной жир.

Омлет приготовить так: на сильно нагретую сковороду с небольшим количеством жира вылить взбитые яйца и, при неоднократном встряхивании сковороды, прожарить их; в процессе жарения в омлет сначала влить незаправленный куриный бульон (20 г), а затем растопленный свиной жир.

120 г вырезки, 1 яйцо, 15 г цветов хуанхуа, 3 г сушеных грибов муэр, 30 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 10 г рисовой водки, 5 г концентрата, 13 г зеленого лука.

БАРАНИНА, ЖАРЕННАЯ С ГРИБАМИ СЯНГУ

Зачищенную мякоть задней ноги нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные грибы сянгу и ростки бамбука нарезать ломтиками. Каждую дольку очищенного чеснока нашинковать в длину. Обработанный зеленый лук нарезать кусочками длиной 2 см.

150 г баранины, 10 г сушеных грибов сянгу, 10 г сушеных ростков бамбука, 13 г зеленого лука, 13 г чеснока, 20 г крахмала, 30 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 10 г рисовой водки, 5 г концентрата, $1/4$ яйца (белок).

ВЫРЕЗКА ФРИ

Вырезку зачистить от пленок, нарезать порционными кусками толщиной 2—3 см (один на порцию) и слегка их отбить. Куски должны иметь овальную или округлую форму. На каждом куске с двух сторон сделать неглубокие надрезы в виде косой клетки. Подготовленные куски мяса замариновать в течение 5 минут в соевом соусе, смешанном с кунжутным маслом, концентратом и мелко рубленным имбирем.

Маринованные куски вырезки обвалять в муке, смочить во взбитом яйце, а затем вновь обвалять в сухарях, жарить во фритюре и откинуть. Куски жареной вырезки разрезать на несколько ломтиков и положить на блюдо или тарелку.

120 г вырезки, $1/4$ шт. яйца, 10 г сухарей, 20 г свиного сала, 10 г имбиря, 5 г кунжутного масла, 5 г концентрата, 5 г соевого соуса, 1 г душистого перца, 5 г соли.

ВЫРЕЗКА, ЖАРЕННАЯ КУСОЧКАМИ

Вырезку зачистить от пленок и нарезать небольшими кусочками одинакового размера.

Подготовленные кусочки вырезки смочить в смеси из взбитых яиц, крахмала, разведенного холодной водой (1:1), со-

евого соуса, концентрата и соли и жарить во фритюре, после чего откинуть на дуршлаг и положить горкой на тарелку.

120 г вырезки, 30 г крахмала, 5 г соевого соуса, 20 г свиного сала, $^1/_4$ шт. яйца, 5 г концентрата, 1 г перца, 5 г соли.

ЯЗЫК АРОМАТИЧНЫЙ

Подготовленные для варки языки, лучше свиные, отварить до готовности с овощами и ароматическими специями. Готовые языки вынуть, положить в холодную воду и сейчас же, не дав им остыть, снять с них кожу. После этого языки охладить и хранить в холодном месте.

150 г языка, 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 10 г рисовой водки, 5 г концентрата, 10 г свежего имбиря, 13 г репчатого лука, 10 г петрушки, 10 г укропа, по 1 г бадьяна, корицы, гвоздики, перца.

СЕРДЦЕ С ГРИБАМИ

Сердце нарезать соломкой, удалив протоки и пленки, обсушить. Грибы отварить до полуготовности и нарезать небольшими квадратиками. Кусочки сердца обжарить во фритюре до зарумянивания, добавив к ним мелко нарубленные чеснок и имбирь, грибы, влить бульон (50 г), смешанный с соевым соусом, водкой, солью, перцем и глютаматом, довести до кипения и снять с огня.

500 г сердца, 100 г сухих грибов (белых, опят), 10 г имбиря, 1 ч. ложка водки, 1 ст. ложка соевого соуса, соль и перец по вкусу, $^1/_4$ ч. ложки глютамата.

ПОЧКИ АРОМАТИЧНЫЕ

Почки почистить от пленок и жира, промыть и, не разрезая, варить до готовности с добавлением овощей, приправ и ароматических специй (соевого соуса, концентрата, репчатого лука, петрушки, укропа, корицы, гвоздики, бадьяна, перца и соли). Готовые почки откинуть и охладить.

250 г свиных почек, 30 г соевого соуса (25 г подается отдельно), 5 г рисовой водки, 5 г концентрата, 5 г свежего имбиря или 7 г зеленого лука, по 1 г бадьяна, душистого перца, корицы, гвоздики, по 10 г петрушки и укропа, 5 г соли.

ГОЛУБЦЫ ПО-КИТАЙСКИ

Вначале приготовить фарш. Для этого рыбное филе и свинину пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, добавить соевый соус, водку, кунжутное масло, глютамат, мелко нарубленный лук и имбирь, соль, все перемешать.

Капусту очистить от верхних поврежденных листьев, вырезать целиком кочерыжку, не нарушая, однако, целостности листьев. Подготовленный таким образом кочан промыть, опустить в кипящую воду на 1—2 минуты, откинуть и охладить. После этого разобрать кочан на отдельные листья и от них отрезать черешки.

На капустный лист положить тонкий слой фарша и покрыть его другим листом, разрезать эти фаршированные листья капусты на квадраты (4×4 см), обвалять их в муке, смочить во взбитом яйце и обжарить на сильно разогретой сковороде в небольшом количестве масла. Получившиеся голубцы выложить на сковороду, влить столько бульона, чтобы они были слегка прикрыты, и тушить под крышкой до полного выпаривания жидкости. Перед подачей на стол голубцы можно посыпать зеленым луком, нарезанным на кусочки длиной в 2—3 см.

100 г белокочанной капусты, 100 г рыбного филе, 50 г свинины, 5 г соевого соуса, 10 г водки, по 5 г кунжутного масла, глютамата, по 10 г свежего имбиря, репчатого лука, 1 яйцо, 10 г крахмала.

КОКТЕЙЛЬ «ШАНХАЙ»

Приготовить 4 бокала для шампанского или 4 вазочки, выложить их изнутри листьями салата, предварительно промыв их. Мясо курицы мелко порезать, так же порезать ананас и шампиньоны. Равномерно распределить по вазочкам. Приготовить смесь из йогурта, майонеза, белого вина и горчицы и влить эту смесь в вазочки.

400 г вареного куриного мяса, 120 г ананаса, 120 г тушеных шампиньонов, 120 г майонеза, 1 бутылка йогурта, 4 ст. ложки белого вина, 20 г крепкой горчицы, листья зеленого салата.

ЯБЛОКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

Яблоки очистить, срезать плодоножку вместе с верхней частью яблока и осторожно удалить сердцевину (нижняя часть яблока должна остаться целой). Подготовленные яблоки наполнить фаршем, приготовленным из крахмала, красного гороха, накрыть верхней частью яблока и варить на пару до готовности.

Яблоки положить на тарелку и полить сахарным сиропом с фруктовой эссенцией.

140 г яблок, 10 г крахмала, 5 г свиного сала, 15 г красного гороха, 50 г сахара, 1 г фруктовой эссенции.

ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ ФРИ

Грецкие орехи очистить от скорлупы, с ядер снять кожицу. Для того чтобы кожица легче снималась, ядра орехов замочить в течение 10—15 минут в горячей воде. Очищенные от кожицы орехи ошпарить кипятком и откинуть на сито, а затем пересыпать сахарной пудрой. Жарить во фритюре (в кунжутном масле), затем откинуть на сито и охладить.

240 г грецких орехов, 20 г сахарной пудры, 20 г кунжутного масла.

ДУШИСТЫЙ АРАХИС

Ядра арахиса опустить на несколько минут в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, охладить, очистить от шелухи, обсушить.

Очищенный арахис обжарить во фритюре до золотистого цвета, откинуть на дуршлаг, добавить соль, сахар, глютамат и специи. Все перемешать.

250 г ядрышек арахиса, 1 г глютамата, по 1 г бадьяна, душистого перца, корицы, гвоздики, 3 г соли, 50 г сахара.

КОРЕЯ

Корейская кухня насчитывает около шестисот рецептов. Многие, особенно старые, в некоторых чертах совпадают с рецептами китайской или японской кухни. Но и есть и типичные корейские блюда. Например, такое блюдо, как куксу, которое готовят из говядины или свинины, орехов, куриного бульона, острых приправ и консервированных груш (считается деликатесом).

ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ, ИСПЕЧЕННОЕ НА ВЕРТЕЛЕ

Отделить отходящие от сердца сосуды, разрезать его на четыре части. Находящиеся внутри сосудики натереть солью и удалить, затем мясо чисто вымыть. Нарезать сердце на куски длиной и шириной 2 см, толщиной 0,7 см. Лук нарезать на части той же величины, что и сердце. Сердце и лук перемешать с толченым чесноком, соком имбиря, соевым соусом, солью, перцем, кунжутным маслом, дать пропитаться в течение 20 минут. Поочередно нанизать на вертел сердце и лук. На сковороду влить растительное масло, равномерно разложить вертела и хорошо пропечь сердце.

150 г говяжьего сердца, 50 г зеленого лука, 5 г соевого соуса, 5 г чеснока, 2 г сока имбиря, 2 г соли, 3 г кунжутного (оливкового) масла, 5 г растительного масла, 0,3 г черного молотого перца.

ОЛАДУШКИ ИЗ УТКИ

Утиное мясо пропустить через мясорубку. Яйцо размешать и посолить. В фарш добавить толченые лук и чеснок, сок имбиря, крахмал, соевый соус, перец, все хорошо перемешать, дать пропитаться в течение 20 минут. Приготовить круглые и плоские оладушки диаметром 3 см, толщиной 0,4 см. Обвалять их в пшеничной муке, обмакнуть в яйце и жарить на смазанной маслом сковороде до появления желто-каштанового цвета. Когда оладушки будут готовы, выложить их на блюдо. Подавать вместе со столовым уксусом и соевым соусом.

Оладушки удобно готовить (лепить), положив в пропитавшуюся маслом утятину вместо крахмала пшеничную муку.

150 г утиного мяса, 10 г зеленого лука, 3 г чеснока, 1 г сока имбиря, 5 г крахмала, 10 г пшеничной муки, 1 яйцо, 3 г соевого соуса, 2 г соли, 0,2 г черного молотого перца, 10 г растительного масла.

УТКА С ГАРНИРОМ ИЗ СОЕВОГО ТВОРОГА

Тщательно разделанное мясо нарезать на куски толщиной 0,5 см, длиной 4 см, шириной 2 см. Лук нарезать на части длиной 3 см. Чеснок потолочь. Соевый творог нарезать на ломтики длиной 3 см, шириной 2 см, толщиной 0,4 см. Кастрюлю обмазать маслом, слегка обжарить в ней мясо и лук. Добавить соевую пасту, немного воды, соевый соус, довести до кипения, заправить соком имбиря. Когда мясо будет готово, положить в кастрюлю соевый творог, после закипания (с бульканьем) добавить толченый чеснок, перец.

100 г утиного мяса, $^1/_2$ куска соевого творога, 20 г соевой пасты, 5 г соевого соуса, 20 г зеленого лука, 5 г чеснока, 1 г сока имбиря, 0,2 г черного молотого перца, 3 г растительного масла.

КОРЕЙСКИЕ ГОЛУБЦЫ ИЗ ТУШЕНОЙ УТКИ

Утку тщательно разделать, разрезать живот, снять кожу так, чтобы она осталась целой, очистить мясо от костей, пропустить со свининой через мясорубку. Лук и чеснок тщательно измельчить и потолочь. Рис замочить в воде и, как только он набухнет, вынуть. Соевый творог отжать через марлю и раскрошить. В фарш добавить лук и чеснок, сок имбиря, соевый

творог, рис, соевый соус, молотый кунжут, перец, все хорошо перемешать и дать пропитаться в течение 10 минут. Разложить утиную кожу, положить на нее начинку из мяса слоем примерно в 2 см, свернуть трубочкой, перевязать веревкой. Тушить в течение 1 часа. Когда блюдо остынет, снять веревку, нарезать порциями толщиной 0,5—0,7 см и подавать.

1 утка, 50 г свинины, 30 г соевого творога, 10 г риса, 10 г зеленого лука, 5 г чеснока, 1 г сока имбиря, соевый соус 5 г, 2 г соли, 0,2 г черного молотого перца, 0,5 г молотого кунжута.

УТИНАЯ ПОДЖАРКА НА ВЕРТЕЛЕ

Утиное мясо нарезать на куски длиной 7—8 см, шириной 1,5 см, толщиной 0,8 см. Лук нарезать на части длиной 7 см, чеснок порезать и потолочь. Яйцо размешать, но так, чтобы не образовалась пена. Мясо перемешать с толченым чесноком, соком имбиря, солью, перцем, концентрированным куриным бульоном и дать пропитаться в течение 20 минут. Нанизать мясо и лук на вертел, обсыпать пшеничной мукой, обмакнуть в яйце и жарить до появления желтого цвета на смазанной маслом и раскаленной сковороде. Положить кушанье в посудину и, поворачивая, вынуть вертел.

200 г утиного мяса, 30 г зеленого лука, 3 г чеснока, 5 г пшеничной муки, 1 яйцо, 1 г сока имбиря, 0,2 г черного молотого перца, 3 г соли, 10 г растительного масла, 0,5 г концентрированного куриного бульона.

ПУЛЬКОГИ ИЗ УТКИ

Утиное мясо порезать на куски толщиной 4 см. Лук, чеснок и имбирь измельчить и потолочь. Добавить в мясо толченые лук, чеснок, имбирь, соевый соус, сахарный песок, перец, виноградное вино и дать пропитаться в течение 30 минут. Пропитавшееся мясо положить на решетку для поджаривания (кладется на мангал) и готовить, переворачивая до тех пор, пока оно не обжарится.

Пулькоги, поджаренное непосредственно на древесном угле, обладает своеобразным вкусом.

200 г утиного мяса, 10 г зеленого лука, 3 г чеснока, 1 г имбиря, 5 г соевого соуса, 0,3 г черного молотого перца, 3 г сахарного песка, 5 г виноградного вина.

ЖАРКОЕ ИЗ НОЖЕК УТКИ

Утиные ножки чисто вымыть, удалить влагу. Лук, чеснок, имбирь порезать и потолочь, добавить соевый соус, а также виноградное вино, сахарный песок, перец и соль. Получившимся соусом обмазать ножки, дать пропитаться в течение 30 минут, положить на железную решетку для поджаривания и, поливая соусом, жарить до готовности. Из ножек удалить кости, нарезать мясо на части или подавать целыми с соусом.

Это блюдо можно готовить и так: ножки положить в печь и жарить, поливая соусом.

4 утиные ножки, 10 г зеленого лука, 3 г чеснока, 2 г имбиря, 10 г соевого соуса, 2 г соли, 0,3 г черного молотого перца, 3 г сахарного песка, 2 г виноградного вина.

УТИНАЯ ПОДЖАРКА С МОЛОТЫМ ПЕРЦЕМ

Мясо нарезать на куски длиной 5 см, шириной 1 см, толщиной 0,4 см. Перец разрезать пополам, очистить от семян и мелко нарезать. Лук нарезать косыми кусками длиной 3 см. Чеснок измельчить и потолочь. Обмазать сковороду маслом, обжарить мясо и часть лука, положить красный молотый перец и, жаря на медленном огне, добавлять оставшийся лук и толченый чеснок. Когда мясо будет уже почти готово, заправить его соевым соусом, столовым вином, черным молотым перцем, концентрированным куриным бульоном. Положить на блюдо и подавать.

400 г утиного мяса, 20 г зеленого лука, 3 г чеснока, 5 г растительного масла, 0,5 концентрированного куриного бульона, 5 г соевого соуса, 0,1 г черного молотого перца, 30 г красного молотого перца, 2 г столового вина.

ШАШЛЫК ИЗ УТКИ

Утиное мясо нарезать кусками длиной 2 см, толщиной 1 см. Половину лука нарезать кусочками длиной 2 см. Оставшийся лук и чеснок мелко нарезать и тщательно потолочь. В приготовленное мясо положить толченые лук и чеснок, сок имбиря, соевый соус, сахарный песок, черный молотый перец, столовое вино и дать пропитаться в течение 30 минут. На вертел поочередно нанизать куски мяса и лука, положить на решетку для поджаривания или на сковороду и, переворачивая, жарить.

Мясо и лук можно нарезать и кусочками длиной 7 см, а затем жарить, как указано выше.

200 г утиного мяса, 30 г зеленого лука, 5 г чеснока, 2 г сока имбиря, 5 г соевого соуса, 3 г сахарного песка, 0,2 г черного молотого перца, 2 г столового вина.

КУКСУ

Одно из самых известных блюд корейской кухни. Это тонкая длинная лапша, приготовленная вместе с мясом, ры-

бой, овощами и различными приправами. Самая знаменитая среди десятков видов куксу — холодная лапша по-пхеньянски (пхеньянренмён). Готовят куксу из гречневой, пшеничной, кукурузной муки, картофельного и кукурузного крахмала, а также из смеси этих продуктов.

ХВЕ ИЗ МИНТАЯ

Рыбу чисто разделать, отрезать голову, разрезать на 3 части и удалить кости. Нарезать на куски шириной 3—4 см, длиной 4 см, толщиной 0,5 см. Палить в кастрюлю воды и вскипятить. Куски минтая обвалять в крахмале, положить в кипящую воду, которую сразу же слить, стряхнуть воду с рыбы. Редьку тонко нашинковать, посолить, добавить уксус, сахарный песок, соль, нашинкованный лук, измельченный чеснок, все перемешать — овощная закуска готова. Равномерно выложить ее на тарелку, а сверху положить рыбу. Подавать вместе с уксусным соусом.

1000 кг минтая, 200 г редьки, 20 г зеленого лука, 10 г красного молотого перца, 50 г крахмала, 20 г столового уксуса, 10 г соли, 5 г сахарного песка.

ЯКСАНЧОК

Мясо очистить от пленки и сухожилий, мелко порубить или пропустить через мясорубку. Добавить измельченные лук, чеснок, имбирь, соевый соус, масло, сахарный песок, подсоленный кунжут, перец, все равномерно перемешать, отжать пальцами и дать пропитаться в течение 20 минут. На кухонной доске разложить фарш ровным слоем толщиной 0,4 см. Затем ножом сделать насечки, обозначив квадратики (ромбики) со стороной 3 см, посыпать обжаренным кунжутом. Разогреть противень, расстелить на нем фольгу, положить на нее мясо и пропечь в духовке. Затем мясо перевернуть и вытащить фольгу, а мясо допечь, следя за тем, чтобы оно не подгорело. Когда мясо чуть остынет, разрезать по надрезам на квадратики (ромбики), выложить на тарелку и посыпать тертыми орехами.

400 г говядины, 30 г зеленого лука, 20 г чеснока, 3 г имбиря, 30 г соевого соуса, 3 г орехов (лучше кедровые), 3 г кунжута, 30 г кунжутного (оливкового) масла, 20 г сахарного песка, 5 г подсоленного кунжута, 1 г черного молотого перца.

ХВЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Говяжью вырезку тщательно промыть, нарезать тонкими узкими кусочками толщиной 0,4—0,5 см. В нарезанное мясо положить сахарный песок, хорошо перемешать, добавить соевый соус, измельченные и толченые лук и чеснок, подсоленный кунжут, черный молотый перец, все перемешать, заправить соевым соусом. Затем влить кунжутное масло и снова все перемешать. Груши очистить от кожуры, мелко нарезать, положить в соленую воду, вынуть и красиво уложить на тарелке, а рядом горкой выложить хве, посыпать тертыми орехами и подавать вместе с соусом.

В хве из мяса можно добавить сок груши.

200 г говядины (вырезка), 200 г груш, 20 г зеленого лука, 5 г чеснока, 2 г соли, 2 г подсоленного кунжута, 0,3 г черного молотого перца, 8 г соевого соуса, 20 г кунжутного (оливкового) масла, 5 г сахарного песка, 5 г тертых орехов (лучше кедровые).

ЧОНГОЛЬ

Блюдо из говядины, жаренной с овощами.

Тщательно вымытое мясо разделить на две части: одну половину нарезать на ломтики, вторую — на мелкие кусочки, заправить толченым чесноком, сахарным песком, перцем, кунжутным маслом, солью, дать мясу пропитаться. Грибы обварить кипятком, разрезать на тонкие кусочки. Репчатый лук разделить пополам и нарезать на части длиной 3—4 см. Морковь нарезать в виде зубчатого колесика (шестеренки) толщиной 0,2 см и обварить в кипятке. Соевый творог порезать на ломтики, обжарить их в масле. На одну сторону соевого ломтя положить измельченное мясо, а сверху плотно наложить второй кусок, обвязать петрушкой. Капусту тонко нарезать. Когда все будет сделано, как указывалось выше, сложить компоненты в кастрюлю, подобрав их по цвету (в наиболее гармоничном цветовом сочетании), и, сварив, выложить на блюдо или подавать прямо в кастрюльке.

100 говядины, 50 г грибов, 20 г сухой китайской лапши, 1/2 куска соевого творога, 100 г капусты, 50 г репчатого лука, 20 г петрушки, 20 г растительного масла, 10 г соевого соуса, 2 г соли, 5 г чеснока, 2 яйца, 10 г сахарного песка, 0,5 г черного молотого перца, 5 г кунжутного (оливкового) масла.

ЖЕНЬШЕНЕВЫЙ ЧАЙ

Влияет на нервную систему, обмен веществ, сердечно-сосудистую систему, дыхание. Исследования корейских специалистов показали, что женьшень является эффективным средством при лечении раковых заболеваний, а также последствий радиоактивного облучения.

Женьшень варить в течение 2 часов. Добавить финики, мелко нарезанный имбирь, кипятить еще около 30 минут. За-

тем вынуть женьшень, нарезать его косыми частями толщиной 0,5 см, снова положить в кастрюлю и кипятить еще 30 минут. Затем добавить сахарный песок, как только вода сильно закипит, снять с огня и процедить через ситечко. Налить в чашку для чая горячий напиток и положить куски женьшеня.

Для приготовления красного женьшеня необходимо выкопать корни осенью (сентябрь, октябрь), промыть в воде, снять кожицу и высушить на солнце. Растворить в воде сахарный песок (до получения насыщенного раствора), сварить сироп, положить корень и настаивать 1—2 дня. Затем проварить на среднем огне и уложить корни на теплой поверхности (на печи). Через сутки красный женьшень готов.

40 г красного женьшеня, 2 г имбиря, 2 л воды, 200 г сахарного песка, 30 г фиников.

ДЕСЕРТ ИЗ ФИНИКОВ

Ополоснуть финики в воде, слегка отжимая в руках, отряхнуть от воды, полить водкой и пропарить в пароварке (морщины плода должны расправиться). В кастрюлю положить сахарный песок и мед, немного поварить, добавить финики и варить вместе. Когда финики почернеют и станут желеобразными, полить их прокипяченным маслом, осторожно перемешать и выложить на тарелку, а затем посыпать орехами.

400 г фиников, 100 г сахарного песка, 10 г растительного масла, 3 г тертых орехов (лучше кедровых), 100 г меда, 10 г водки.

ХВАЧХЕ ИЗ ПЕРСИКОВ (ВИШНИ, ТОМАТОВ)

Персики вымыть, очистить от кожуры. 1—2 плода нарезать на квадратные пластинки со стороной 1 см, присыпать сахарным песком. Из оставшихся персиков приготовить сок с мякотью. В воду высыпать сахарный песок и вскипятить, сироп охладить, смешать с соком и мякотью персика, поставить в холодное место, предварительно положив туда засахаренные персики и орехи. Точно таким же способом готовятся хвачхе из вишни и томатов.

Хвачхе можно готовить, нарезав сразу все фрукты, присыпав их сахарным песком, а затем переложив в сладкий отвар.

1 кг персиков (вишня, томаты), 300 г сахарного песка, 10 г орехов (лучше кедровых), 1,5 л воды.

ХВАЧХЕ ИЗ ЦЕЛОГО АРБУЗА

Арбуз правильной круглой формы тщательно вымыть, аккуратно вырезать кружочек-крышку, ложкой выскрести мякоть (небольшими кусочками), удалить семечки. В арбузную мякоть добавить сахарный песок, мед, фруктовое вино, все хорошо перемешать, переложить в арбузную корку, закрыть кружком-крышкой и поставить в холодное место или холодильник на короткое время. Подавать в арбузной корке или разложив содержимое в удобную посуду.

2,5 кг арбуза, 60 г сахарного песка, 40 г меда, 40 г фруктового вина.

ХВАЧХЕ ИЗ ВАРЕНЫХ ГРУШ

Одно из наиболее популярных национальных блюд. Обладает сладковато-терпким вкусом.

Очистить имбирь, мелко нарезать, отварить. Вынуть имбирь, засыпать в отвар сахар и вскипятить. Очищенные от кожуры большие груши нарезать на 6—8 частей, маленькие — на 4 части. В одну из граней этих частей вдавить по 3 дробинки черного перца, опустить груши в отвар имбиря и варить до их размягчения. Затем груши вынуть, отвар остудить и поставить в прохладное место или в холодильник. В блюдо для хвачхе (стеклянная или пластмассовая плошка) вылить отвар, посыпать орехами, положить кусочки груш и подавать.

В хвачхе можно добавить мед.

600 г груш, 6 г орехов (лучше кедровые), 2 г черного перца, 20 г имбиря, 150 г сахарного песка.

СУНЖОНГВА

Национальное десертное блюдо. В народной медицине Кореи считается, что этот напиток помогает снимать усталость.

Удалить из хурмы семечки и аккуратно разрезать ее на части. Кусочки имбиря опустить в воду, вскипятить, настаивать до образования ароматного настоя, затем имбирь вынуть, а в настой всыпать сахарный песок, снова вскипятить, процедить сквозь ситечко или марлю. Молотую корицу завернуть в чистую марлю и опустить на час в отвар имбиря. Когда отвар остынет до 30 °С, добавить мед. Перелить отвар в горшочек, положить хурму, накрыть крышкой, настаивать при обычной комнатной температуре около 10 часов. После этого горшочек поставить в холодное место или в холодильник и охладить. Разлив в чашки и, посыпав орехами, подавать.

Если после настаивания хурмы сужонгву пьют не сразу, то ее и кусочки хурмы следует хранить порознь, так как хурма слишком размякает, а сужонгва мутнеет.

10 шт. хурмы, 20 г имбиря, 200 г меда, 300 г сахарного песка, 10 г молотой корицы, 2 л воды.

ТАСИК

Печенье из каштанов, приготовленное на патоке с медом.

Каштаны положить в полотняный мешочек и оставить в теплом месте (на печи) на 3 дня. Очистить от скорлупы и кожицы, мелко нарезать, высушить. В воду влить патоку, вскипятить, в загустевший раствор положить мед. Тщательно измельчить каштаны, превратив их в муку, а затем всыпать в патоку с медом и размешать. Получившуюся массу уложить в формы для печенья и оставить на несколько минут. После этого равномерно уплотнить печенье в формах, вынуть и подавать.

600 г каштанов, 150 г патоки, 100 г меда.

ИНДИЯ

Единой индийской кухни как таковой не существует. Климат и религиозные предписания вносят большие различия в кулинарию народов Индии. Многие индусы — строгие вегетарианцы, которые не едят не только мясо, но и яйца, рыбу, а признают только фрукты и овощи. Основные продукты питания простые: рис, зерновые каши, йогурт, овощи, фрукты. Особое очарование индийской кухне придают, конечно, пряности.

Индийская кухня — одна из искуснейших и экзотических.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЙОГУРТОМ

Помыть томаты, обсушить бумажной салфеткой и нарезать тонкими кружочками. Смешать йогурт с майораном, добавить по вкусу соль, перец и залить помидоры. Поставить в холодильник на 1 час. Перед подачей на стол осторожно перемешать и посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Такой салат прекрасно подходит на легкий ужин, рекомендуется для каждого в качестве разгрузочной диеты.

600 г крупных твердых помидоров, несколько веточек петрушки.

Для приправы: 200 мл йогурта, щепотка молотого майорана, соль, перец.

ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

Верхнюю часть помидора аккуратно срезать острым ножом, отрезанную дольку отложить, а мякоть осторожно вынуть из помидора. Мякоть обжарить на слабом огне в течение 5 минут на непригорающей сковороде (с тефлоновым покрытием) и дать остыть. В обжаренную мякоть добавить творог, мяту, кориандр, соль и перец. Полученной смесью заполнить помидоры и закрыть срезанной верхней частью (при желании ее можно прикрепить к помидору палочкой для коктейля). Фаршированные помидоры посыпать кориандром и подать на блюде, покрытом листьями салата и украшенном дольками огурца и лимона. Эту закуску можно приготовить заранее и охладить.

4 крепких помидора, 60—90 г творога, $^1/_2$ ч. ложки сушеной мяты, $^1/_4$ ч. зеленого кориандра, соль и перец по вкусу, 4 палочки для коктейля, $^1/_4$ свежего лимона, 8 листьев салата, $^1/_2$ свежего огурца.

САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ ПО-ИНДИЙСКИ

Перемешать рассыпчатый рис, креветки, мелко нарезанный сладкий перец без семян. Положить четыре кружочка помидора и нашинкованный репчатый лук. Залить салатной заправкой. Поставить на холод. Перед подачей посыпать мелко нарубленной зеленью, украсить кружочками помидоров.

3 стакана вареного риса, 1 стакан креветок или крабов, 2 шт. болгарского перца, 3 помидора, 1 луковица.

Для салатной заправки: соль, сахар, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки и укропа, 2 помидора.

ЦЫПЛЯТА БИРЬЯНИ

Цыпленка разрезать на 8 частей или разделить каждую ножку, крылышко — пополам. Срезать излишки жира и наколоть несколько раз каждый кусок вилкой. Положить куски цыпленка в йогурт не меньше чем на 4 часа.

Лук очистить, нарезать и обжарить в растительном масле до золотисто-коричневого цвета, переложить в другую посуду. Обжарить в течение 1 минуты тмин, кардамон и гвоздику. Положить на сковороду куски цыпленка вместе с йогуртом, кориандр, мяту, чеснок, имбирь, зеленый чили, соль и жарить 5 минут. Переложить куски цыпленка со специями в скороварку и тушить 10 минут; если готовить в обычной кастрюле с закрытой крышкой, то понадобится 1 час. Затем остудить, вынуть только куски цыпленка и переложить в другую посуду. Заранее подготовить рис — тщательно промыть его в проточной воде и замочить на 30 минут в холодной воде. Откинуть рис на дуршлаг, положить в скороварку и варить 8 минут; в обычной кастрюле варка займет 12—15 минут; готовить нужно на слабом огне.

Взять чистую кастрюлю или сковороду, распустить сливочное или топленое масло, обжарить в течение нескольких минут очищенный миндаль, влить молоко и дать ему прокипеть. Поверх полученной смеси уложить слой риса (примерно третью часть), потом 4 куска цыпленка, затем еще слой риса ($^1/_3$ часть), далее — оставшиеся 4 куска цыпленка и поджаренный лук, а сверху выложить оставшийся рис. Покрыть рис куском влажной ткани (лучше хлопчатобумажной) и плотно закрыть кастрюлю крышкой. Поставить на небольшой огонь на 10 минут. (Блюдо можно готовить и в микроволновой печи. Для этого в огнеупорную посуду нужно выложить предварительно обжаренный в молоке миндаль и уложить слоями рис, куски цыпленка и жареный лук. Время приготовления — 20 минут).

Тонко нарезать очищенный картофель и поджарить его в масле до хрустящей корочки. Блюдо подается горячим вместе с жареным картофелем.

1 цыпленок среднего размера или 2 ножки и 2 крылышка, 2 луковицы среднего размера, 1 ч. ложка сухой толченой мяты или $^1/_2$ ст. ложки нарезанной свежей мяты, 1 ст. ложка нарезанного свежего кориандра, 4 маленьких зубчика чеснока, мелко нарубленного, 1 ст. ложка нарезанного свежего корня имбиря, 0,36 л йогурта, 1 ч. ложка тмина, 1—2 мелко нарубленных стручка перца чили, 3 стакана риса (сорт басмати), 2 ст. ложки миндаля (обварить кипятком и почистить), 2 ст. ложки растительного масла, 120 г сливочного или 4 ст. ложки топленого масла, 60 мл молока, 3 шт. кардамона, 4 шт. гвоздики, 2 большие картофелины, соль по вкусу.

КУРИЦА ТИККА

С курицы снять кожу, промыть, обсушить полотенцем и наколоть в нескольких местах вилкой. Положить курицу в миску. Все пряности и соль смешать с йогуртом и залить им курицу так, чтобы йогурт хорошо покрыл каждый кусок. Закрыть крышкой, поставить в холодильник и оставить мариноваться на 2—3 часа. Поставить курицу в заранее разогретую до 200 °С духовку и готовить в течение 1 часа, время от времени поливая куски курицы подсолнечным маслом (2 ст. ложки).

«Тикка» можно подавать на кусках нана с зеленым салатом, помидорами и лимоном, посыпанными тмином.

Курица весом 1,3 кг или куски курицы, 0,25 л натурального йогурта, 2 ч. ложки соли, 1 свежий лимон, 2 свежих помидора, 1 ч. ложка тмина, по большой щепотке чесночной соли, приправы для курицы, кайенского перца (для придания цвета), смеси пряностей, молотого мускатного ореха и порошка барбекю (типа шашлычной приправы), 2 ст. ложки подсолнечного масла.

БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ВИНЕ

Баранину промыть и срезать лишний жир. Обсушить каждый кусок полотенцем. Равномерно посыпать куски баранины пряностями, добавить лимонный сок и оставить мариноваться на 30 минут.

Наколоть несколько раз вилкой каждый кусок баранины с обеих сторон, положить в огнеупорную посуду. Налить сверху вина, смешанного с водой, и добавить растительного масла. Поставить кастрюлю в духовку, нагретую до 230 °С, и готовить в течение 1,5 часа; баранину можно жарить на гриле, обжаривая каждую сторону по 15 минут. В качестве гарнира к горячей баранине подают салат или рис.

8 кусков баранины (в виде отбивной), 2 ст. ложки красного вина, 1 ч. ложка соли, 8 ст. ложек воды, 1 ст. ложка растительного масла, 1—2 ст. ложки сока лимона, по большой щепотке порошка чеснока и имбиря, смеси пряностей, приправы для баранины и черного перца.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА С ЙОГУРТОМ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ДУХОВКЕ

Вымыть и обсушить полотенцем кочан цветной капусты. Смешать йогурт с растительным маслом, добавить соль и чили. Пропитать этой смесью кочан, положить его в оставшийся йогурт кочерыжкой вверх на 1 час.

Затем поставить на 30 минут в предварительно разогретую до 200 °С духовку.

Приготовленная таким способом капуста подается с запеченными на гриле помидорами и кориандром.

1 средний кочан цветной капусты, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки натурального йогурта, 1 ч. ложка соли, $^1/_2$ ч. ложки порошка чили, 1 свежий помидор, $^1/_4$ ч. ложки зеленого кориандра.

МЯТНЫЙ СОУС — ЧАТНИ

Нарезать лук, помидор и чили, положить в миксер и сбивать в течение 1 минуты, пока они не превратятся в жидкую массу. Добавить кориандр, свежую мяту и мятный соус и сбивать еще 2 минуты. Вынуть смесь из миксера, добавить соль и лимонный сок. Подается как приправа к пакорам, самосам

и другим блюдам, где требуется острая подливка, вместо томатного кетчупа.

Приготовленный соус можно перелить в бутылку с притертой пробкой и хранить в холодильнике в течение недели.

6 луковиц с перьями лука-резанца, 1 ст. ложка нарезанной свежей мяты, 3 ст. ложки нарезанной зелени свежего кориандра, 1 ст. ложка мятного соуса, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 свежий помидор, 2 стручка зеленого чили (по желанию), 1 ч. ложка соли.

ПАРАНТЫ С РЕДЬКОЙ

Влить воду в муку и замесить тесто. Покрыть тесто влажной тканью и оставить на 15 минут. Редьку вымыть, очистить и натереть на терке. Посыпать солью и через 5 минут отжать (руками) выделившийся сок.

Добавить в редьку гарам масала, молотый перец, красный чили, мелко нарубленные имбирь и зеленый чили, кориандр, лимонный сок или зернышки граната, отставить на время в сторону. Снова заняться тестом и месить его, пока оно не станет эластичным. Разделить тесто на 12 частей. Каждый кусок обвалять в муке и скатать шарик. Из шариков сделать одинаковые лепешки. Одну сторону каждой лепешки смазать маслом и положить на нее ровным слоем 2—3 ч. ложки начинки. Покрыть сверху другой лепешкой, тщательно заделать швы и раскатать, чтобы получилась лепешка диаметром 15 см.

Разогреть чугунную сковороду, смазать ее маслом и жарить лепешки на умеренном огне. Во время жаренья паранты нужно равномерно прокалывать вилкой, сбрызгивать маслом, чтобы они получились хрустящими, и переворачивать для равномерного обжаривания.

Паранты подаются горячими с натуральным йогуртом, ласси или маслом.

Натертую редьку нужно хорошо отжать, иначе начинка не будет прилипать к тесту. Чтобы половинки парантов не расслоились, швы следует скрепить очень тщательно, Паранты получатся водянистыми, если их постоянно не прокалывать вилкой и не сбрызгивать маслом.

450 г редьки (редиса), 225 г муки крупного помола, вода, чтобы замесить тесто, 1/2 ч. ложки молотого перца, 1/2 ч. ложки зеленого кориандра, 1/2 ч. ложки гарем масала, 1/2 стакана рафинированного или растительного масла, 1 стручок зеленого чили, 1 ч. ложка сухих зернышек граната или 2 ч. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка красного чили (по желанию), корень имбиря — 2,5 см, 2 ч. ложки соли.

ОКРА

Плоды окры вымыть и хорошо обсушить так, чтобы на них совсем не осталось влаги. Сделать продольный надрез.

Смешать соль, амкор, гарам масала и черный перец и заполнить этой смесью плоды окры. Количество смеси не должно быть большим, иначе блюдо потеряет свои вкусовые качества.

Разогреть на сковороде масло и опустить в него плоды окры. Убавить огонь и накрыть крышкой, через 10 минут снять крышку и дать влаге полностью выпариться. Во время жаренья плоды не переворачивать, а лишь время от времени встряхивать сковороду. Окру можно подавать, выложив поверх жареных помидоров и лука. Хорошо также подать с блюдом из рубленого мяса или фарша.

450 г плодов окры, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка порошка манго (амкор), 1 ч. ложка гарам масала, 1/2 ч. ложки черного перца, 2 ст. ложки растительного масла.

РАЙТА

Лук нарезать и положить на 30 минут в подсоленную воду (1 ч. ложка соли на 0,5 л воды). Мелко порезать помидоры, кориандр и чили (по желанию). Натереть на крупной терке огурец. Взбить йогурт, положить в него помидоры, огурец, лук, кориандр, чили, соль, черный перец, гарам масала, тмин и поставить на 15 минут в холодильник.

Овощная райта подается к основному блюду. Райту можно сделать с картофелем, заменив им помидоры, огурцы и лук.

0,5 л натурального йогурта, 1/2 ч. ложки молотого и обжаренного тмина, 1 ч. ложка соли, 1 десертная ложка свежего кориандра, 1 стручок зеленого чили (по желанию), 2 средних помидора, 1 огурец длиной 10 см, 1 средняя луковица, 1 ч. ложка соли, 1/2 ч. ложки гарам масала и черного перца, 0,5 л воды.

СЛАДКАЯ РАЙТА

Взбить йогурт. Замочить кишмиш на полчаса в воде, затем воду слить. Очистить миндаль (обдать кипятком и снять кожицу) и каждый орех разделить на четыре части. Размолоть кардамон. Положить миндаль, кишмиш и кардамон во взбитый йогурт. Добавить кешью, фисташки, сахар, корицу и молотую гвоздику.

Сладкая райта подается с горячим карри на закуску или перед основным блюдом.

0,5 л натурального йогурта, 4 ст. ложки миндаля, 4 ст. ложки зеленого кишмиша, 2 ст. ложки молотых орехов кешью и фисташек, 1/4 ч. ложки зеленого кардамона, 1 ст. ложка сахара, щепотка корицы и молотой гвоздики.

ЯПОНИЯ И ДРУГИЕ СТРАНЫ ЮГО-ВОСТОЧНОЙ АЗИИ

ПЕЧЕНЬ ПО-ЯПОНСКИ

Отварить рис. Горошек потушить и смешать с рисом, добавить соевый соус и поставить в теплое место. Печень посыпать солью и красным перцем, обвалять в муке, обжарить с обеих сторон в сильно разогретом растительном масле и сбрызнуть соевым соусом. Мандарины также слегка обжарить и уложить сверху на рис и печень.

1 стакан риса, 2 стакана воды, 1/2 стакана зеленого горошка, 300 г печени, растительное масло, немного муки, соль, красный молотый перец, соевый соус (вместо него можно использовать зелень), 1 стакан консервированных мандаринов или 1—2 свежих мандарина.

ЕРШИ ПО-ЯПОНСКИ

Рыбное филе сбрызнуть соком лимона и оставить на некоторое время. Зелень для супа нарезать ломтиками и потушить в маргарине. Рыбу посолить и поперчить и поместить в кастрюлю с тушеными овощами, облить сметаной и сверху уложить мандариновые дольки. Все посыпать тертым сыром и поставить запекать в духовку на 20 минут. Гарнировать рассыпчатым рисом.

Филе 3 ершей, сок лимона, соль, перец, 75 г масла или маргарина, 1/2 стакана сметаны, петрушка, пучок зелени, 1—2 свежих мандарина, 1—2 ст. ложки тертого сыра.

ЯПОНСКИЕ РЫБНЫЕ ЛЕПЕШКИ

Из рыбного филе удалить косточки, мясо пропустить через мясорубку, смешать с маисовой мукой, яичным желтком, растительным маслом, зеленью и десертным вином. Отдельно взбить белок с сахаром и влить в рыбную массу. Сформовать лепешки толщиной в палец и поджарить с обеих сторон до образования светло-золотистой корочки. Нарезать вдоль и украсить зеленым салатом.

500 г рыбного филе, 1 ст. ложка маисовой муки, соевый соус (или зелень), 1 ч. ложка растительного масла, 1 яйцо, 1 ст. ложка десертного вина, сахар на кончике ножа, соль, перец, жир для жаренья.

ХОЛОДНЫЙ РИС И ЖАРКИЕ СТРАНЫ
(ФИЛИППИНСКАЯ КУХНЯ)

Индонезийская кухня и блюда из риса неотделимы друг от друга. И хотя голландцы заимствовали у индонезийцев эти блюда и даже прославились ими на весь мир, кроме названия, они ничего общего с оригиналом не имеют.

Настоящий индонезийский стол насчитывает от двадцати до пятидесяти разнообразных блюд из риса. К рису подают и нарезанное кубиками свиное мясо, и капусту разных сортов, и жареную рыбу, и нежные яблоки. Но основной частью всех блюд является рис — наси, как его здесь называют. К нему идут всевозможные деликатесы, салаты, соусы и самые неожиданные специи. Безусловно, для европейца является неожиданностью то, например, что рыбу варят вместе с бананами и помидорами.

Индонезийцы любят сервировать свои блюда из риса на больших зеленых листьях. Если мы хотим подражать им, то можем использовать для этого листья капусты или салата. Знатоки утверждают, что индонезийская кухня имеет существенное сходство с индийской и китайской кухнями, сохраняя, однако, при этом присущее ей своеобразие.

В подсоленной воде отварить рис, не разваривая его. Из марли сделать небольшой мешочек, вложить в него гвоздику и горошины перца, мешочек опустить в кастрюлю с рисом. Сварить рис до готовности, остудить и выложить на него кусочки отварной рыбы, ломтики банана и ананаса. Все это полить соком лимона. Каперсы нарезать, смешать с йогуртом и вылить на рис. Дать постоять блюду некоторое время.

2 стакана риса, 4 стакана воды, 3 почки гвоздики, 6—8 горошин перца, 250 г отваренной охлажденной морской рыбы, 2 ломтика ананаса, 2 банана, 1 лимон, 1 стакан йогурта, 1 ч. ложка каперсов, соль.

ХОЛОДНОЕ ИНДОНЕЗИЙСКОЕ РИСОВОЕ БЛЮДО
(ИНДОНЕЗИЙСКАЯ КУХНЯ)

В подсоленной воде отварить рассыпчатый рис, откинуть на сито, дать остыть. Подготовленные хвосты лангустов или раков замариновать (маринад приготовить из растительного

масла, сока лимона, соли и перца). Бананы разрезать вдоль и посыпать красным перцем. Рис положить в мисочку, слегка прижать и, как детский песочный куличик, перевернуть на выстланный зелеными салатными листьями поднос. В середине куличика из риса сделать углубление и влить в него томатную пасту, смешанную с майонезом. Украсить хвостами раков, дольками помидоров и бананов, а также половинками сваренных вкрутую яиц.

Это блюдо обычно подают к ужину в холодном виде. Но с небольшой закуской его можно подать и в теплом виде к обеду. В этом случае все продукты, кроме риса, следует слегка обжарить в масле или маргарине.

1 стакан риса, 4 стакана воды, 2 помидора, 2 яйца, замороженные хвосты лангустов или раков, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 банана, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки майонеза, соль, душистый и красный перец.

БАРАНИНА НА ВЕРТЕЛЕ С ЛИМОНОМ И ТРАВАМИ
(НОВОЗЕЛАНДСКАЯ КУХНЯ)

Каждая лопатка предназначена на 2 порции, но ее можно разделить пополам до маринования, а можно оставить целой и разделать перед подачей.

Соединить все компоненты для маринада вместе и вылить в сотейник с мясом. Поставить на 24 часа в холодильник.

Соединить масло, хлебные крошки, майоран, базилик, мяту, лимонную цедру.

Нагреть духовку до 250 °С и жарить лопатки 10 минут, затем вынуть из духовки. Смесь крошек со специями внести в образовавшийся жир. Уменьшить нагрев плиты и жарить все вместе еще 15 минут.

Баранья лопатка, 2 ст. ложки несоленого масла, 1/2 стакана хлебных крошек, 1 ч. ложка нарезанного майорана, 1 ч. ложка базилика и мяты, цедра одного лимона.

Для маринада: 2 ч. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки горчицы, 1 головка чеснока, сушеный тимьян, розмарин, соль и перец.

ЯГНЕНОК В ТАЙСКОМ СТИЛЕ
(НОВОЗЕЛАНДСКАЯ КУХНЯ)

Соединить все компоненты и натереть полученной массой баранью ногу. Поместить мясо в пластиковый пакет и оставить на ночь. Нагреть плиту до 240 °С и жарить ногу до образования румяной корочки.

Вариант. Соединить лук, чеснок, цедру лимона в широкой кастрюле с низкими бортами, нагреть так, чтобы масса начала карамелизоваться. Добавить перец, кориандр, варить 5 минут. Добавить кокосовое молоко, лимонные побеги и проварить еще 15 минут.

Баранья нога.

Для маринада: 3 головки чеснока, цедра 2 лимонов, 1/4 стакана лимонника, 1 ч. ложка сушеного кориандра, 1 ч. ложка черного перца, 1/2 стакана масла.

Для маринада с лимоном и кокосовым орехом: 2 маленькие нашинкованные луковицы, 3 головки чеснока, цедра 3 лимонов, 1 ст. ложка сушеного кориандра, 1/2 ч. ложки черного перца, 3/4 стакана кокосового молока.

БАРБЕКЮ
(НОВОЗЕЛАНДСКАЯ КУХНЯ)

Размельченные побеги кориандра смешать с имбирем, чесноком, солью, перцем, соком лайма, медом и маслом. Положить в маринад баранью ногу и оставить на сутки.

Затем жарить барашка 30—40 минут, периодически переворачивая. Барашек должен быть хорошо прожаренным, но с соком внутри и вкусом легкой копчености.

1,5—2 кг бараньей ноги с костями, 1 пучок стеблей кориандра, 1 большой побег имбиря, 1 большая головка чеснока, 2 ч. ложки соли, 1/2 ч. ложки черного перца, сок лимона или лайма, 1 ст. ложка меда, 2 ст. ложки масла арахиса.

ФРАНЦИЯ

СОУС БОРДОССКИЙ С ВИНОМ И КОСТНЫМ МОЗГОМ — К ЛАНГЕТУ, ФИЛЕ, БИФШТЕКСАМ, РОСТБИФУ

Раздробить мозговую кость и осторожно вынуть из нее костный мозг (его должно быть около 3 ст. ложек).

Костный мозг мелко порезать и положить на 5 минут в теплую кипяченую воду, после чего откинуть на сито.

Прокипятить сухое красное вино с луком в течение 5 минут, затем смешать его с красным соусом и коньяком. Варить на слабом огне в течение 10 минут. Снять с огня, положить в соус костный мозг и зелень петрушки, подогреть еще раз, посолить по вкусу и подавать к столу.

Для 1,25 стакана соуса: 1 большая мозговая говяжья кость, $^1/_4$ стакана сухого красного вина, 2 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 1 стакан красного соуса, 1 ст. ложка коньяка, 1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки.

ИСПАНСКИЙ СОУС С ВИНОМ И ГРИБАМИ — К ГОВЯДИНЕ, СВИНИНЕ И ДИЧИ

Растопить в сотейнике сливочное масло, положить туда грибы и обжарить их в течение 5 минут. Влить в сотейник вино и проварить все до тех пор, пока жидкость не убавится наполовину (это значит, что весь спирт из вина испарился). Добавить концентрированный мясной бульон и красный соус. Варить на слабом огне еще 15 минут, после чего подавать к столу.

Для 2 стаканов соуса: 2 ст. ложки сливочного масла, $^3/_4$ стакана нарезанных белых грибов или шампиньонов, $^1/_4$ стакана полусухого белого вина, 1 ст. ложка концентрированного мясного бульона, 2 стакана красного соуса.

СОУС ЛИОНСКИЙ — К ДИЧИ И ГОВЯДИНЕ

Растопить сливочное масло в сотейнике и обжарить в нем в течение 10 минут лук. Смешать лук с белым сухим вином и красным соусом, проварить на слабом огне в течение 5 минут, посолить по вкусу и подавать к столу.

Для 2 стаканов соуса: 2 ст. ложки, сливочного масла, $^1/_4$ стакана мелко нарезанного репчатого лука, 1 стакан сухого белого вина, 1,5 стакана красного соуса.

СОУС БИГАРАД — К УТКЕ, ТЕТЕРЕВУ, РЯБЧИКУ, ГЛУХАРЯМ

Положить в кастрюлю цедру, залить кипятком, оставить в нем на 5 минут (после этого цедра потеряет присущую ей горечь) и затем откинуть на сито.

Варить вино и лук до тех пор пока содержимое не убавится наполовину. Добавить в вино красный соус, черносмородиновый джем или варенье, коньяк и апельсиновый сок и варить еще 10 минут на слабом огне, часто размешивая. Затем положить ошпаренную цедру, перемешать и подавать к столу.

Упрощенный способ

Этим способом можно приготовить за 5 минут очень вкусный соус.

Натереть на терке цедру от 1 апельсина. Залить ее кипятком и оставить так на 5 минут. Отжать в стакан, туда же выжать сок из апельсина.

Вынуть из жаровни приготовленную дичь, слить жир, если он есть, добавить $^1/_2$ стакана красного вина типа мадеры или малаги, прокипятить в течение 1—2 минут. Добавить 2—5 ст. ложек воды, вновь все прокипятить, положить вымоченную в кипятке апельсиновую (или мандариновую) цедру, влить апельсиновый (или мандариновый) сок, довести до кипения и кипятить 1 минуту.

Для 2 стаканов соуса: 4 ст. ложки натертой апельсиновой (мандариновой) цедры, $^1/_2$ стакана кипятка, $^1/_2$ стакана сухого красного вина, 3 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 1,5 стакана красного соуса, 1 ст. ложка черносмородинового джема или варенья, 2 ст. ложки коньяка, $^1/_2$ стакана апельсинового (мандаринового) сока.

СОУС С МАДЕРОЙ — К ЭСКАЛОПУ, ФИЛЕ МИНЬОН И ДРУГИМ МЯСНЫМ БЛЮДАМ (первый способ)

Кипятить вино до тех пор, пока оно не выпарится наполовину, влить в него концентрированный мясной бульон и красный мясной соус. Варить 5 минут на слабом огне. Добавить коньяк и затем сливочное масло, размешивая до тех пор, пока масло не растопится.

Для 1,5 стакана соуса: $^3/_4$ стакана красного вина типа мадеры, 1 ст. ложка концентрированного мясного бульона, 1 стакан красного мясного соуса, 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки сливочного масла.

СОУС С МАДЕРОЙ — К ЭСКАЛОПУ, ФИЛЕ МИНЬОН И ДРУГИМ МЯСНЫМ БЛЮДАМ (второй способ)

Лук и морковь обжарить на слабом огне в сливочном масле, влить 1 стакан воды, положить помидор (томатную пасту), петрушку, сельдерей, чабер или укроп и варить 20 минут.

Пшеничную муку размешать в чашке с водой и влить ее через сито в соус, непрерывно размешивая. Варить до тех пор, пока соус не начнет густеть. Процедить. Добавить вино.

Для придания соусу характерного запаха нужно растопить на маленькой сковороде 50 г сливочного масла и кипятить его до тех пор, пока оно не приобретет золотистую окраску. Не давая ему потемнеть, смешать с соусом.

Для 1 стакана соуса: $^1/_4$ стакана мелко нарезанного репчатого лука, 2 ст. ложки мелко нарезанной моркови, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 свежий очищенный от кожуры и порезанный помидор или 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ве-

точка петрушки, 1 веточка сельдерея, 1 веточка чабера или укропа, 3 ст. ложки пшеничной муки, 1/4 стакана красного вина типа мадеры.

СОУС РИМСКИЙ — К МЯСУ ДИКИХ ЖИВОТНЫХ, ЯЗЫКУ И ВЕТЧИНЕ

Изюм положить в кипяток на 10 минут. Откинуть на сито. Смешать уксус с сахаром и варить до загустения. Добавить красный соус и изюм и варить еще 10 минут на слабом огне.

Для 2,25 стакана соуса: 1/2 стакана изюма без косточек, 1 стакан кипятка, 1/3 стакана 3 %-ного уксуса, 1/4 стакана сахарного песка, 5 стаканов красного соуса.

САЛАТ С СЫРОМ РОКФОР

Кервель мелко порубить (сушеный кервель замочить в теплой воде на 10 минут). Сыр рокфор раскрошить, смешать с лимонным соком, сливками, кервелем и перцем. Растирать до тех пор, пока заправка не станет однородной по консистенции. Зеленый салат порвать на мелкие кусочки, хорошо вымыть, положить в блюдо, залить взбитой заправкой и хорошо перемешать.

2 ч. ложки свежего кервеля (или 1/4 ч. ложки сушеного), 125 г сыра рокфор, 5 ст. ложек лимонного сока, 3/4 стакана 10 %-ных сливок, 1/2 ч. ложки свежемолотого черного перца, 400 г зеленого салата.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

Шляпки шампиньонов отделить от ножек, вымыть в воде с лимонным соком. Воду слить. Шляпки вытереть насухо. Ножки порезать и смешать с сыром, луком, 1 ст. ложкой оливкового масла и обжарить. Обжаренной массой нафаршировать шляпки. Вылить оставшееся оливковое масло на противень и положить на противень нафаршированные шляпки шампиньонов. Поставить в предварительно хорошо нагретую (до 190 °С) духовку на 10 минут. Перед подачей к столу каждую шляпку положить на крекер или кусочек намазанного маслом хлеба.

Для 20 штук шампиньонов среднего размера: 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ст. ложки натертого швейцарского, советского или алтайского сыра, 4 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 2 ст. ложки оливкового (кукурузного или другого рафинированного растительного) масла, 1 ч. ложка соли и 1/2 ч. ложки красного перца, 1/4 ч. ложки свежемолотого черного перца.

ХОЛОДНАЯ КУРИЦА С СОУСОМ ИЗ ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

Лук обжарить в сливочном масле, пока он не станет мягким и не примет золотистой окраски. Пропустить через мясорубку. Затем пропустить через мясорубку размоченный хлеб и, размешивая, добавить к нему размолотый грецкий орех, соль, красный перец и пропущенный через мясорубку лук. Соус должен иметь примерно ту же консистенцию, что и майонез. Если получится слишком густой соус, добавить к нему немного куриного бульона. Мясо отваренной и остывшей курицы очистить от костей и нарезать тонкими ломтиками. Уложить на блюдо и полить соусом. Подавать в холодном виде.

Для приготовления одной курицы весом 2 кг: 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана мелко рубленного репчатого лука, 4 куска сухого белого хлеба, размоченных в одном стакане куриного бульона, 2 стакана очищенных и размолотых грецких орехов, 1 ч. ложка соли, 1/8 ч. ложки красного перца.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КРЕВЕТОК С ГРИБАМИ

Полностью очищенное от панцирей, промытое и мелко нарезанное мясо креветок, грибы и сливочное масло положить в кастрюлю и обжаривать в течение 5 минут. Влить куриный бульон и сухое белое вино. Положить сельдерей, красный перец и мускатный орех. Варить все на слабом огне в течение 20 минут. Процедить, вынуть сельдерей и протереть овощи и креветки сквозь сито. Добавить, размешивая, сливки и посолить по вкусу. Подогреть. Перед подачей к столу положить в каждую тарелку супа ложку взбитых сливок.

1 кг свежих или замороженных креветок, 1/2 стакана мелко нарезанных грибов (лучше белых или шампиньонов), 4 ст. ложки сливочного масла, 3 стакана куриного бульона, 1 стакан белого сухого вина, 1 веточка сельдерея, 1/8 ч. ложки красного молотого перца, 1/8 ч. ложки мускатного ореха, 1 стакан 20 %-ных сливок, 1 стакан взбитых сливок.

ЛУКОВЫЙ СУП ПО-ФРАНЦУЗСКИ

Нарезать лук тонкими кусочками и обжарить на сковороде в масле на очень маленьком огне около 30 минут. Когда лук зарумянится, всыпать сахар и муку и тушить еще несколько минут, пока они не зарумянятся. Переложить в кастрюлю, добавить кипящий бульон, вино, посолить, поперчить, накрыть крышкой и держать на огне еще 30 минут. Подавать с поджаренным хлебом.

1 кг лука, 100 г масла, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка муки, 2 л бульона, 1 стакан сухого белого вина, соль, перец.

СУП ПО-КОРОЛЕВСКИ

Мясо только что поджаренного цыпленка отделить от костей и положить в кипящий бульон. Варить на слабом огне 15—20 минут. Мясо вынуть, остудить и пропустить через мясорубку с миндалем и смоченным в бульоне хлебом. Добавить к провернутому мясу цыпленка несколько ложек бульона и протереть через сито в кастрюлю с бульоном. Перед подачей к столу суп подогреть на водяной бане. В каждую тарелку положить по ломтику обжаренного на сливочном масле хлеба.

1 жареный цыпленок, 6 стаканов мясного коричневого бульона, 6 шт. сладкого миндаля (без скорлупы) — 100 г белого хлеба (без корок).

ТЮРБО В ТОМАТНОМ СОУСЕ ПО-ИСПАНСКИ

Тюрбо — разновидность черноморской камбалы. Водится она в Средиземном море.

Лук обжаривать в оливковом масле до тех пор, пока он не станет светло-коричневым. Положить помидоры (сняв предварительно кожицу), соль, черный перец, сахар, базилик, чеснок, красный перец. Варить на слабом огне до тех пор, пока не получится пюре.

Филе рыбы залить в высокой сковороде отваром так, чтобы он закрывал рыбу наполовину или на одну треть, положить лимонную или апельсиновую цедру. Закрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 15 минут. Когда рыба будет готова, осторожно вынуть и положить на блюдо. Отвар процедить.

К приготовленному пюре из помидоров добавить $1/2$ стакана процеженного отвара, в котором припускалась рыба, и варить на слабом огне, непрерывно размешивая, до образования однородной массы. Залить полученным соусом рыбу. Когда рыба остынет, украсить ее сверху лимоном и зеленью эстрагона или петрушки. Подавать к столу не позже чем через 1—2 часа после того, как рыба остынет.

500 г филе черноморской крупной камбалы (надо обязательно удалить с нее темную кожу и подкожный слой на $1/2$ см, так как они могут послужить причиной резкого неприятного запаха камбалы). 1 стакан мелко нарезанного репчатого лука, 500 г нарезанных ломтиками помидоров, $1/2$ ч. ложки соли, $1/4$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 1 десертная ложка красного перца (паприка), 1 ст. ложка мелко нарезанного базилика (или $1/4$ ч. ложки сушеного), 2 ч. ложки сахара, 1 раздавленный зубчик чеснока, 1 стакан отвара, 1 ст. ложки натертой лимонной или апельсиновой цедры, 1 лимон, зелень эстрагона или петрушки.

ФАРШИРОВАННАЯ ФОРЕЛЬ НА СКОВОРОДЕ

Форель очистить от чешуи и выпотрошить. Отрезать головы, плавники и вынуть кости. Головы, плавники и кости поместить в глубокую сковороду, положить в нее луковицу, лавровый лист, 2 ч. ложки соли, чабер и $1/4$ ч. ложки перца. Залить водой и белым сухим вином, довести содержимое до кипения и варить на слабом огне 20 минут. Бульон процедить, головы, плавники, кости, луковицу и лавровый лист выбросить.

Хлебные крошки смешать с $1/2$ стакана сметаны, соединить со слегка обжаренными в течение 1—2 минут грибами, зеленым луком, петрушкой и оставшейся солью и перцем. Нафаршировать форель этой смесью и перевязать ниточкой.

В сковороду с бульоном добавить сливочное масло и осторожно уложить форель. Закрыть неплотно крышкой. Поставить на слабый огонь на 25 минут или до тех пор, пока рыба не станет мягкой. Вынуть на горячее блюдо.

Бульон варить на сильном огне еще 5 минут, после чего смешать с оставшейся сметаной. На рыбу положить дольки лимона и залить бульоном.

4 форели, 2 стакана воды, 1 стакан сухого белого вина, 1 луковица, 1 лавровый лист, 3 ч. ложки соли, $1/4$ ч. ложки чабера, $1/2$ ч. ложки свежемолотого душистого перца, $1/2$ стакана пшеничных хлебных крошек, 1 стакан сметаны, $1/4$ стакана мелко нарезанных белых грибов или шампиньонов, $1/4$ стакана мелко нарезанного зеленого лука, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 3 ст. ложки сливочного масла, 4 дольки лимона.

КРЕВЕТКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ

Первый способ. Креветки очистить и промыть. Сливочное масло растопить на сковороде и обжаривать в нем креветки с каждой стороны в течение 1 минуты. Посыпать креветки солью и перцем, облить коньяком и зажечь. Когда пламя погаснет, положить лук, томатную пасту, лавровый лист, чабер и залить все сухим белым вином. Дать прокипеть на слабом огне 5 минут. Добавить сливки и держать на огне 1 минуту. Вынуть креветки на подогретое блюдо. Соус держать на сильном огне еще 1 минуту, процедить и залить им креветки.

Второй способ (креветки в розеточках). Фарфоровые розеточки смазать сливочным маслом и в каждую положить по 2 ст. ложки очищенных, промытых и порезанных креветок. Залить креветки в розетках 20 %-ными сливками, чтобы креветки закрывались полностью, посыпать каждую розетку

хлебными пшеничными крошками, сверху положить по кусочку ($^1/_8$ ч. ложки) сливочного масла и поставить розетки в предварительно хорошо нагретую (до 200 °С) духовку на 6—7 минут или оставить там до тех пор, пока содержимое не окрасится в золотистый цвет.

700 г свежих креветок (неочищенных), 3 ст. ложки сливочного масла, 1,25 ч. ложки соли, $^1/_4$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 2 ст. ложки коньяка, $^1/_4$ стакана мелко нарезанного репчатого лука, 1 ст. ложка томатной пасты, $^3/_4$ стакана сухого белого вина, 1 лавровый лист, $^1/_3$ ч. ложки чабера, $^1/_3$ стакана 20 %-ных сливок.

ЦЫПЛЯТА МОНМОРАНСИ В ВИШНЕВОМ СОУСЕ

Цыплят натереть солью и перцем. Растопить 60 г сливочного масла в неглубокой кастрюле или жаровне и положить туда цыплят. Поставить кастрюлю или жаровню в предварительно хорошо нагретую (до 190 °С) духовку на 50 минут или оставить там до тех пор, пока цыплята не подрумянятся и не станут мягкими. Часто поливать цыплят соком, чтобы они не пригорели. Готовых цыплят разрезать пополам, положить на блюдо и не давать остывать, пока готовится соус.

Оставшийся в кастрюле или жаровне сок слить в сотейник, добавить в него вино и поставить на слабый огонь. Собрать со стенок кастрюли не слившуюся часть сока, поместить в сотейник и размешать. Крахмал развести в 2 ст. ложках воды и, размешивая, влить в сотейник. Варить до загустения. Положить в соус вишню, оставшееся сливочное масло и варить еще 5 минут.

Цыплят полить соусом и подавать с отварным рисом.

2 цыпленка, по 700 г каждый, 2 ч. ложки соли, $^1/_2$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 100 г сливочного масла, 1 стакан красного полусладкого вина, 2 ч. ложки крахмала, 1,5 стакана свежей или консервированной вишни без косточек.

ЖАРЕНАЯ УТКА С ИНЖИРОМ

Ягоды инжира залить белым сухим вином за день до приготовления утки.

Утку натереть солью и перцем, положить внутрь кусочек сливочного масла и натертую на терке цедру апельсина. В жаровню положить 50—60 г сливочного масла, утку и сверху утки — еще 25—30 г сливочного масла. Поставить жаровню без крышки в предварительно сильно нагретую (до 220 °С) духовку на 15 минут, чтобы утка подрумянилась. Слить масло, перевернуть утку, подрумянить с другой стороны и влить в жаровню

вино, в котором находились ягоды инжира. Добавить 1—1,5 стакана процеженного бульона (бульон приготовить из телячьих костей, потрохов утки; добавить лук, морковь, чеснок и чабер или майоран). Через 5 минут после этого закрыть жаровню крышкой, убавить огонь и держать утку в духовке еще в течение 1 часа или до тех пор, пока она не станет мягкой.

Вынуть утку, прибавить огонь и поставить жаровню с оставшимся там соком обратно в духовку на 15 мин, доведя сок до сильного кипения, чтобы количество его уменьшилось. Затем положить в сок инжир на 5—10 минут в зависимости от степени зрелости ягод. Вынуть инжир и разложить его вокруг утки. Соус остудить, снять с него жир. Подогреть соус и полить им утку и инжир. Подавать утку с зеленым салатом.

Утка весом 1,5–2 кг, 80–100 г сливочного масла, 16 ягод свежего инжира, 2 стакана сухого белого вина, 2 мелко нарезанные луковицы, 2 моркови, 1 зубчик чеснока, $^1/_4$ ч. ложки сушеного чабера или щепотка майорана, 2 ч. ложки соли, $^1/_2$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 500 г телячьих костей, цедра апельсина.

ХОЛОДНАЯ УТКА С СОУСОМ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ВИШНИ

Утку выпотрошить, вымыть, вытереть, натереть солью и перцем, положить внутрь натертую на терке 1 ст. ложку апельсиновой цедры и связать ножки и крылышки ленточкой из марли. Потроха вымыть.

Приготовить бульон: 2 ст. ложки лука и потроха утки подрумянить в свином сале; добавить половину порции моркови, сельдерей и петрушку, укроп, соль по вкусу, половину мелко нарезанного сала шпик; когда все подрумянится, влить стакан сухого белого вина и держать на слабом огне 2—3 минуты, добавить воду, довести до кипения и варить на среднем огне еще примерно 40 минут.

В жаровню или кастрюлю положить немного свиного топленого сала, 2 ст. ложки лука, остальную морковь, половину порции сала шпик, щепотку мускатного ореха, соль, перец, веточку чабера, грибы и растолченный зубчик чеснока.

Как только жир растопится, хорошенько все перемешать и положить в жаровню подготовленную утку.

Когда утка слегка подрумянится, влить 1 стакан сухого белого вина. Как только количество жидкости уменьшится наполовину, добавить 2 стакана заранее приготовленного процеженного бульона. Закрыть крышкой и оставить тушиться на слабом огне в течение $1^1/_2$—$1^3/_4$ часа или до тех пор, пока

утка не станет мягкой. Снять с огня. Оставить утку на ночь в жаровне. На следующий день утку выложить на блюдо. Снять с сока весь жир, подогреть сок и протереть сквозь мелкое сито всю гущу из жаровни. Полученный соус в виде пюре выложить в небольшую кастрюльку.

Положить в пюре 2 ст. ложки апельсиновой цедры, которую предварительно выдержать в кипятке 5 минут, чтобы она потеряла горечь. Добавить сок из 2 апельсинов, вишню, вишневый сироп, подогреть на слабом огне 1—2 минуты. Остудить.

Утку можно украсить дольками апельсина и зеленым салатом. Соус подать отдельно. Достаточно, если гарниром будет служить печеный картофель.

К этой утке не надо подавать ни салат из апельсинов, ни зеленый горошек.

1 утка весом 1,8—2 кг, 4 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 2 ст. ложки свиного топленого сала, 4 мелко нарезанные моркови, 50 г сала шпик, 2 стакана сухого белого вина, 1 веточка укропа, 1 веточка петрушки, 1 веточка сельдерея, 3 стакана воды, 2 ч. ложки соли, 1 веточка чабера, 1/4 ч. ложки свежемолотого черного перца, 60 г свежих грибов (лучше белых или шампиньонов), 1 растолченный зубчик чеснока, 2 апельсина, 1/2 стакана свежей вишни (или консервированной вишни из компота), 1 ст. ложка вишневого сиропа (если берется свежая вишня).

ИТАЛИЯ

СУП

Сельдерей, лук, морковь нашинковать и спассеровать на масле на медленном огне, добавив головку чеснока. Через несколько минут добавить хорошо промытую и нашинкованную соломкой капусту. Когда капуста даст запах, залить горячей водой, накрыть крышкой и варить на медленном огне около 1 часа. За 15 минут до окончания варки добавить рис, предварительно замоченный в воде, затем ломтики сыра Пекорино Романо, посолить и поперчить по вкусу. Все хорошо перемешать и подать.

200 г риса, 150 г сыра Пекорино Романо, 1 маленькая луковица, 1 маленькая морковка, 1 головка чеснока, полкочана белокочанной капусты, 1 стебель сельдерея, масло, соль и перец по вкусу.

ЖАРЕНЫЙ БАРАШЕК

Вымыть кусочки мяса и тщательно высушить. Натереть солью, перцем, мелко нарезанным розмарином и уложить на блюдо. Картофель почистить, порезать, помыть, высушить и обжарить на сковороде. Затем положить на блюдо с мясом, сбрызнуть маслом, посыпать тертым сыром и запечь в духовке на среднем огне. Полить сухим белым вином.

1 кг баранины, 1000 г картофеля, 50 г сыра Пекорино Романо, оливковое масло, 1 пучок розмарина, сухое белое вино, соль и перец по вкусу.

ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

Картофель почистить, нарезать кружочками, помыть и обсушить. Соединить творог, тертый сыр, яйца, молоко, мускатный орех, мелко нарубленный укроп и специи. Картофель уложить на смазанную маслом сковороду, покрыть смесью из творога и сыра. Запекать в духовке при температуре 200 °С примерно 30 минут.

800 г картофеля, 300 г несоленого творога, 200 г сыра Пекорино Романо, 3 яйца, укроп, мускатный орех, масло, 1/4 чашки молока, соль и перец по вкусу.

ИТАЛЬЯНСКИЕ КРЕВЕТКИ И САЛАТ-ПАСТА С АРАХИСОМ

Поместить базилик, масло, орехи и чеснок в пищевой процессор и взбить, пока смесь не станет нежной и в то же время плотной. Добавить сыр, соль и перец.

Влить в подогретую воду вермут, внести в смесь и проварить, осторожно помешивая, 8—10 минут, пока паста не станет мягкой.

Креветки варить 2—3 минуты, пока они не станут розовыми. Обсушить. Немедленно смешать с ореховой пастой. Остудить и охладить в холодильнике.

1,5 стакана свежих нарезанных листьев базилика, 1/2 стакана орехового масла, 1/2 стакана очищенного несоленого арахиса, 1 головка чеснока, 1/4 стакана сыра Пармезан, соль и перец по вкусу, 1 стакан вермута, 6 стаканов кипяченой воды, 30—40 средних креветок, 1/2 стакана нарезанной петрушки, 1 томат, 4 стебля зеленого лука, 1 стакан ежевики.

САРДИНКИ

Сардины почистить, отрезать у них головы и хвосты, промыть водой. Рыбу и нарезанный репчатый лук обжарить в масле на сковороде на слабом огне. Когда рыба станет мягкой, добавить изюм, а немного спустя — хлебные крошки. Че-

рез несколько минут снять блюдо с огня и посыпать тертым сыром. Вынуть сардинки, каждую отдельно посолить, а затем снова поместить в емкость, прокладывая между сардинками свежий лавровый лист. Запечь в духовке при 180 °С примерно 20 минут.

1 кг сардин, 50 г сыра Пекорино Романо, 150 г хлебных крошек, 1 луковица, 1 ст. ложка изюма, 1 веточка лаврового листа, оливковое масло, соль.

СПАГЕТТИ С БЕКОНОМ

В большой кастрюле на масле поджарить бекон и мелко нарезанный чеснок. Приготовить спагетти в большом количестве подсоленной воды (желательно их не переварить), затем добавить их в кастрюлю с беконом.

Залить спагетти с беконом взбитыми в пену яйцами, а перед подачей посыпать тертым сыром двух сортов.

400 г спагетти, 100 г бекона, 3 яйца, 50 г сыра Пекорино Романо, 50 г сыра Пармезан, 2 ст. ложки оливкового масла, чеснок, соль по вкусу.

ВАРЕНАЯ РЫБА С ОРЕХОВЫМ СОУСОМ

Растопить масло. Добавить нашинкованный лук и чеснок, спассеровать, пока масса не станет полупрозрачной. Добавить томаты и вино, проварить на среднем огне 5 минут. Внести в смесь молоко, орехи, сок и проварить на сильном огне 2 минуты. Вылить смесь в кастрюлю с высокими краями, на середину выложить рыбу, накрыть крышкой. Тушить в духовке при 220 °С 15 минут, пока рыба не станет мягкой, такой, что ее можно проткнуть вилкой. Вынуть из духовки и распределить на порции.

4 ложки несоленого масла или маргарина, 2 луковицы, 1 головка чеснока, 4 томата, $^1/_2$ стакана сухого белого вина, 1 стакан сгущенного молока, 2 ст. ложки лимонного сока, 1,25 стакана очищенных сухих колотых орехов арахиса, 8 кусков рыбы-филе без кожицы, перец по вкусу.

ШОТЛАНДИЯ

ГОЛУБИНЫЙ ПАШТЕТ

Срезать все мясо с голубя и мякоть со свинины. Нарезать половину мяса голубя и четверть мяса свинины на маленькие кусочки и положить их в миску. Свиную печень ошпарить, снять пленку и нарубить сечкой. Мясо голубя, грудинку, бекон, свиную печень и печень голубя пропустить через мясорубку, сделать фарш, соединить его с мясом. Обжарить в масле лук и чеснок, соединить с зеленью, яйцом, красным вином, можжевельником и перцем, влить подливку в мясную часть, размешать, посолить и сложить смесь в литровую форму. Накрыть крышкой или фольгой и поставить форму в другую посуду, наполовину залив ее горячей водой. Выдержать в духовке 2 часа при 150 °С. Дать остыть, закрыть форму жаронепроницаемой бумагой, поверх положить груз и оставить на ночь. Чуть согреть раствор желатина, вылить его на паштет так, чтобы покрыть поверхность тонким слоем, и украсить лавровым листом и ягодами можжевельника.

1 голубь, 220 г свиной грудинки, 110 г бекона, 220 г свиной печени, 6 раздавленных ягод можжевельника, 6 раздробленных горошин перца, 1 мелко нарезанная головка лука, 1 ст. ложка красного вина или коньяка, 50 г масла, 1 большой измельченный зубчик чеснока, 1 ст. ложка свежей нарезанной зелени или 1 ч. ложка сухой, 1 взбитое яйцо, 150 мл раствора желатина.

ФОРЕЛЬ С МИНДАЛЕМ

Помыть и тщательно высушить форель, обвалять в муке. Подогреть кукурузное масло и 25 г сливочного масла в сковороде и жарить рыбу по две сразу по 5 минут с каждой стороны, осторожно переворачивая. Обсушить форель и не дать ей остыть. Когда вся рыба будет поджарена, вытереть насухо сковороду, растопить остальное сливочное масло и поджарить миндаль, чтобы стал коричневым. Снять с огня и влить лимонный сок. Перед подачей рыбы на стол положить эту смесь на рыбу.

4 форели, 2 ст. ложки муки с солью и перцем, 75 г сливочного масла, 1 ст. ложка кукурузного масла, 50 г измельченного миндаля, сок $^1/_2$ лимона.

ФОРЕЛЬ С ЛИКЕРОМ ДРАМБЬЮИ

Промыть и тщательно вытереть рыбу полотенцем. Смазать сковороду половиной нормы масла. Положить рыбу и смазать остальным маслом. Из катыка, сливок, ликера и пряностей (перец, чабер, соль) сделать заправку и залить ею форель. Запекать без крышки в духовке при 180 °С примерно 20 минут. Украсить лимоном.

4 радужные форели, 50 г сливочного масла, 1 ч. ложка чабера, 150 мл катыка (мацони), 150 мл густых сливок, 1 ст. ложка ликера Драмбьюи, соль и перец.

ОТВАРНЫЕ КРЕВЕТКИ В СЛИВОЧНО-ГРИБНОМ СОУСЕ

Поместить креветок, грибы, лук и белое вино в кастрюлю, закрыть и прогреть на медленном огне от 10 до 15 минут, не давая закипеть. Процедить, сохранив бульон. В сотейнике растопить масло, всыпать муку, перемешать и сразу же по загустении вливать бульон и херес, все время размешивая; если соус получился слишком густым, добавить молока. Положить в соус креветки, грибы, лук, соль и перец и осторожно добавлять сливки, все время размешивая. Затем осторожно разогреть на очень слабом огне и подавать в раковинах (специальной посуде), гарнировав картофельным пюре.

900 г чищеного мяса крупных креветок, 110 г грибов (шампиньонов), 1 мелко нарезанная головка лука, 275 мл сухого белого вина, 50 г сливочного масла, 50 г муки, 1 рюмка хереса (или коньяка), 150 мл сливок 48 %-ных, соль и перец, 900 г картофельного пюре.

ЖАРЕНАЯ ИНДЕЙКА С НАЧИНКОЙ ИЗ КАШТАНОВ

Подготовить индейку накануне, удалив потроха. Взвесить птицу и рассчитать время готовки из расчета 20 минут на каждые 450 г плюс еще 20 минут на все блюдо. Смешать пюре из каштанов с тертым хлебом. Жир, лук, петрушку, цедру, соль, перец смешать, вбить яйца. Затем отделить кожу от тушки, начиная с шеи птицы и до середины грудки, и в этот «карман» положить начинку, вжимая ее в птицу. Связать ножки и крылышки индейки и подержать в холодном месте. Тем временем растопить масло в жаровне, положить туда индейку и облить ее маслом. Неплотно прикрыть жаровню фольгой и жарить птицу при 180 °С рассчитанное время. Убрать фольгу на последние 15 минут, чтобы индейка подрумянилась.

Подавать с обжаренными в масле сосисками, беконным рулетом, сухарным соусом, жареным картофелем и брюссельской капустой.

Индейка на 4,5—5 кг, 50—75 г сливочного масла.

Для начинки — 450 г пюре из каштанов, 110 г свежего тертого ржаного хлеба, 50 г нарезанного околопочечного жира, 1 головка лука, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, цедра 1 лимона, 3 взбитых яйца.

США И КУБА

ЖАРЕНАЯ ЛЯЖКА ОЛЕНЯ
(АМЕРИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Достать ляжку из маринада и насухо протереть. Нашинковать свинину полосками. Растопить и смешать на большой тяжелой сковороде оливковое и сливочное масло и подрумянить ляжку с обеих сторон. Вскипятить маринад до уваривания наполовину и процедить над олениной.

Обложить оленину полосками бекона и жарить 4 часа при умеренной температуре, часто переворачивая во время жарения. Когда оленина станет нежной, ее нужно перенести на подогретое блюдо и держать в тепле. Приготовить соус на сковороде, добавив масло, муку, вино, вишневое желе и полить жиром от шкварок. Процедить все это над олениной.

Подать с каштановым пюре, присыпать репчатым луком и диким рисом.

Ляжка оленя, соленая свинина, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки оливкового масла, 200 г маринада, 6 полосок бекона, 2 ст. ложки смеси картофельной муки и растопленного сливочного масла, 1 стакан красного вина, 4 ст. ложки желе дикой вишни.

НОЖКИ ЛЯГУШКИ ПО-ПРОВАНСАЛЬСКИ
(АМЕРИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Залить ножки холодной водой на 2 часа. Слить воду и обсушить. Приготовить маринад из оливкового масла, листьев базилика и 2 ст. ложек нашинкованной петрушки. Замариновать на ночь. Достать ножки из маринада, тщательно обсушить, приправить солью и свежемолотым черным перцем. Слегка потушить в 2 ст. ложках масла на тяжелой сковороде. Когда обе стороны зарумянятся, поместить лягушек на подогретое блюдо. Сбрызнуть лимонным соком и посыпать нашинкованной петрушкой. Добавить по одной столовой ложке масла и чеснока на сковороду, довести до кипения.

Когда чеснок зарумянится, облить этим соусом ножки и подавать к столу.

24 ножки крупных лягушек, 100 г оливкового масла, 4 крупных листа базилика, 4 ст. ложки нашинкованной петрушки, соль, свежемолотый черный перец, 6 ст. ложек сливочного масла, 2 ч. ложки лимонного сока, 4 головки чеснока, пропущенные через мясорубку.

БЛИНЫ С ИКРОЙ
(АМЕРИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Приготовить блины обычным способом, но намного тоньше.

Пусть блины подрумянятся на одной стороне, прежде чем их переворачивать.

Держать теплые блины в виде сложенной салфетки на подогретой тарелке. Смешать икру и сметану деревянной ложкой, чтобы распределить икринки поровну.

Разложить по три блина на каждую тарелку: зачерпнуть обильную порцию икры. Потом разложить сверху еще три блина и гарнировать последний маленькой ложкой смеси икры со сметаной.

250 г икры, $^1/_2$ л сметаны, 2 чашки муки для блинов.

КОПЧЕНАЯ ФОРЕЛЬ
(АМЕРИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Выпотрошить и почистить форелей среднего размера, не отделяя голову и хвост. Посолить и поперчить изнутри, приготовить коптильницу, засыпав опилки на дно металлической коптильной коробки.

Вставить решетку, положить на нее форелей. Герметично закрыть коптильницу крышкой, поставить на средний огонь кухонной плиты на 20 минут. Снять с плиты и вытащить копченую форель с решетки длинной деревянной лопаткой, чтобы не повредить кожу и плавники.

4 ручьевые или радужные форели, соль, свежемолотый черный перец.

АМЕРИКАНСКИЙ САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ

Помыть твердые помидоры, обсушить бумажной салфеткой и нарезать тонкими кружочками. Положить в глубокую салатницу. Добавить помытый и очищенный лук, нарезанный очень тонкими кольцами.

Протереть зрелый помидор через сито и взбить с маслом до получения пенистой массы. Приправить по вкусу солью и перцем, залить помидоры. Поставить на 1 час в холодильник. Перед самой подачей на стол сбрызнуть виски и добавить несколько капель винного уксуса или лимонного сока, если салат недостаточно острый. Посыпать сверху мелко нарезанным базиликом.

6 крупных твердых помидоров, 1 крупный, очень зрелый помидор, 1 средняя луковица, 5—6 свежих листьев базилика или $^1/_2$ ч. ложки сухого базилика.

Для приправы: 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка винного уксуса или лимонного сока, 3 ст. ложки виски, соль, перец.

КУБИНСКИЙ САЛАТ ИЗ ДИЧИ
(КУБИНСКАЯ КУХНЯ)

Яблоки и апельсины очистить, удалить семена. Фрукты и дичь нарезать тонкими ломтиками или кубиками и смешать. К майонезу добавить острый соус и сок лимона. Этой смесью осторожно заправить фрукты и дичь.

300 г вареного мяса дичи без костей, 1—2 апельсина, 1—2 яблока, 50 г майонеза, немного острого соуса, сок лимона.

АРРОС КОН КАМАРОНЕС
(КУБИНСКАЯ КУХНЯ)

Рис отварить в большом количестве воды, промыть теплой водой, обсушить, переложить в хорошо промасленную форму и плотно закрыть. Запекать в духовке со средним жаром. Мелко нарубленный лук, петрушку и чеснок слегка обжарить в растительном масле, добавить мелко нарезанный стручок сладкого перца, хорошо перемешать и обжаривать еще в течение 5 минут на небольшом огне. Смешать порошок кэрри и муку, добавить к луку и влить $^1/_4$ л воды или бульона. Добавить также сок $^1/_2$ лимона. Соус варить на слабом огне 10 минут. Приправить солью, черным и красным перцем. Лангуста очистить, залить 1—1,5 л подсоленной кипящей воды, добавить мелко нарезанную зелень для супа и варить 20—30 минут. Затем разделить вареное мясо лангуста на части, добавить хвосты крабов и тушить в образовавшемся соусе еще несколько минут. Рисовую запеканку вынуть из формы, по ее поверхности распределить мясо лангуста и хвосты крабов и залить образовавшимся соусом.

250 г риса, 300—500 г мяса лангуста, 100 г хвостов крабов, 1 стручок сладкого перца, $^1/_2$ лимона, 1 большая луковица, 3—4 ст. ложки растительного масла, $^1/_2$ ст. ложки порошка кэрри, 1 ст. ложка муки, соль, черный перец, красный перец, 1 ст. ложка мелко нарубленной зелени петрушки, 1—2 дольки чеснока.

ЦЕНТРАЛЬНАЯ АМЕРИКА

В Мексике говорят по-испански, но с очевидным индейским акцентом. В мексиканской архитектуре наблюдается смешение современного искусства с элементами ацтекского.

В какой-то степени это касается и мексиканской кухни. Например, рис здесь варят не по-европейски, а по-мексикански. Берут сковороду и растапливают в ней смалец, причем сковороду разогревают очень сильно. Когда смалец хорошо растопится, добавляют сухие зерна риса, которые обжаривают до коричневого цвета. Затем очень медленно, почти по каплям, добавляют воду.

РИС ПО-МЕКСИКАНСКИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Рис вымыть, высушить, положить в кастрюлю, добавить изюм и 2 ст. ложки растительного масла. Поставить тушить до тех пор, пока рис не зарумянится. Лук и чеснок мелко нарубить и также обжарить на растительном масле, затем добавить мясо и мелко нарубленный перец. Все тушить в течение 10 минут. Незадолго до конца тушения добавить помидоры, с которых предварительно удалить кожицу. Влить немного воды. Мясо посолить, смешать с рисом и выложить в огнеупорную форму. Сверху распределить нарезанный полосками шпик и поставить форму в духовку на слабый огонь. Тушить до готовности риса.

«Из старой курицы может получиться хороший бульон», — резюмирует мексиканская пословица. Мексиканцам известны два вида супа — жидкий и сухой. Первый они едят, как и мы, с помощью ложки, второй — с помощью вилки. Дело в том, что его так долго варят, что выкипает почти вся жидкость, и в горшке остаются только невыкипающие продукты: мясо, макароны или рис. И тот и другой суп мексиканцы едят с удовольствием.

250 г риса, 80 г изюма, 3 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 1 маленький острый перчик или 1 ст. ложка красного молотого перца, 1 долька чеснока, 250 г рубленого мяса (смешать разные сорта), 400 мл воды, 250 г помидоров, 80 г шпика, соль.

СУП С БЛИНЧИКАМИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Для начинки: отварное куриное мясо, овощи, тертый сыр. Растительное масло разогреть, добавить в него томатный сок и проварить несколько минут. Влить бульон и дать смеси прокипеть. Жареные тортильяс наполнить мелко нарубленным отварным куриным мясом, овощами или тертым сыром. Скатать в виде небольших рулетов. В каждую тарелку положить по 3 рулета, залить горячим бульоном, а сверху посыпать мелко рубленными, сваренными вкрутую яйцами.

1 стакан томатного сока, 2 ст. ложки растительного масла, 2 л мясного бульона, 12 маленьких тонких тортильяс, 2 яйца.

СОПА ДЕ СЕБОЛЬЯ — ЛУКОВЫЙ СУП ПО-КРЕСТЬЯНСКИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Лук порезать и тушить 20 минут на слабом огне, добавив сливочное масло и закрыв крышкой. Чтобы лук не подгорел, добавить немного бульона. Затем добавить муку и мясной бульон. В смесь влить молоко и сметану, а получившийся суп поставить варить на 20 минут. За это время обжарить ломтики белого хлеба. Сыр смешать с желтком, намазать этой смесью ломтики, положить их в тарелку и залить кипящим бульоном. Разлитый по тарелкам суп прикрыть крышкой и через 3—4 минуты подать на стол.

2 большие луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки муки, 1 л куриного или мясного бульона (можно сварить из кубика), 1,5 стакана молока, $^1/_2$ стакана сливок, 3 ломтика белого хлеба, 1 желток, 2—3 ст. ложки тертого сыра, соль, перец.

КОКОСОВЫЕ ОРЕХИ, НАТЕРТЫЕ НА ТЕРКЕ И ЗАПЕЧЕННЫЕ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Картофельную муку развести в $^1/_2$ стакана холодного молока. Остальное молоко вскипятить, добавить в него разведенный крахмал и, постоянно помешивая, довести до кипения. Затем осторожно добавить натертые на крупной терке кокосовые орехи, изюм, сахар и ванильный сахар, а также взбитые с коньяком яйца. Готовую смесь разложить по формочкам, сверху посыпать корицей и быстро запечь в духовке.

250 г кокосовых орехов, натертых на крупной терке, $^3/_4$ л молока, 1 ст. ложка картофельной муки, 1 ст. ложка сахара, $^1/_2$ пакетика ванильного сахара, 2 яйца, 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки изюма, $^1/_2$ ч. ложки корицы.

МУЧНЫЕ ТОРТИЛЬЯС
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Муку смешать с солью, просеять сквозь сито, добавить жир, влить воду, замесить тесто. Из теста приготовить шарики величиной с яйцо, дать им 15 минут полежать и затем каждый шарик раскатать в кружок величиной с блюдце или чуть больше.

Тортильяс жарить на сковороде без жира примерно 2 минуты с одной стороны и 3 минуты — с другой.

Особенно вкусны свежие тортильяс, но мексиканцы едят их и сухими.

4 стакана муки, 2 ч. ложки соли, 100—120 г маргарина, 1,25 стакана теплой воды.

ТОРТИЛЬЯС ИЗ ЛАПШИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Яйца взбить, добавить сыр, соль и лапшу. Размять массу. Затем растопить кубики шпика в сковороде средней величины. Положить в нее по 2 ст. ложки лапшевной массы и обжарить с обеих сторон. Подавать тортильяс на стол с зеленым салатом.

Пробовали вы когда-нибудь тамалес?

Даже не знаете, что это за блюдо? Тогда проще всего объяснить так: сверху маис, внутри маис, и все это вместе с миской завернуто в маисовый лист. Иными словами, это крупно молотая маисовая масса в которую часто добавляют немного мяса, ее варят на пару и, если хочется (а хочется всегда), добавляют чилийский перец.

4 яйца, 50 г тертого сыра, соль, 2 стакана вареной лапши, 50 г нарезанного кубиками шпика.

ТАМАЛЕС — РУЛЕТЫ С ЛИСТЬЯМИ МАИСА
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Лук, стручки перца и чеснок мелко нарубить и слегка потушить в растительном масле. Смешать с мясом и посолить. Жир смешать с отварными зернами и также слегка посолить. Листья маиса обдать кипятком, приготовить их для фарширования (т. е. разрезать один раз вдоль и два раза поперек, чтобы можно было сделать из них кармашки), смазать их маисовой кашей и наполнить мясным фаршем. Кармашки закрыть, обвязать листья ниткой и поместить рулеты на смазанный жиром противень и запечь.

Тамалес можно также отварить в небольшом количестве бульона. Варить не более 15 минут. Подать на стол с пикантным томатным соусом. Листья, которые были использованы для обертывания, удалить, так как их не едят.

2 стакана вареного, нарезанного мелкими кубиками мяса (лучше всего куриного или телячьего), 2 луковицы, 2 дольки чеснока, 2 маленьких острых перчика или 1 ч. ложка красного молотого перца, соль, 2 стакана отварного маиса или зерен пшеницы, $^3/_4$ стакана свиного жира, несколько листьев маиса, 1 ст. ложка растительного масла.

БИФШТЕКС ПО-МЕКСИКАНСКИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Бифштексы натереть чесноком, посолить, поперчить и обжарить в сильно разогретом растительном масле так, чтобы мясо внутри осталось светло-розовым. Затем снять бифштексы со сковороды, положить на нее рубленый лук и промытые и освобожденные от семян стручки сладкого перца. Тушить 10 минут, затем добавить разрезанные на четвертушки помидоры. Овощи слегка потушить, выложить на бифштексы и сейчас же подать к столу.

4 бифштекса, 1 долька чеснока, перец, соль, 3 ст. ложки растительного масла, 1 большая луковица, 4 стручка сладкого перца, 4 помидора.

ЧИЛЕС РЕССЕНОС — ФАРШИРОВАННЫЙ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ ЗАПЕЧЕННЫЙ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Стручки перца разрезать вдоль, удалить семена и помыть. Залить горячей водой и поставить на 20 минут, чтобы они немного размякли (можно использовать маринованные стручки сладкого перца). Подготовленные половинки перца начинить сыром или мясным фаршем. Сложить половинки вместе и обвязать нитками. Желтки смешать с водой и мукой. Отдельно взбить белки. И то и другое добавить в тесто. Подготовленные стручки опустить в жидкое тесто, после чего запечь каждый в отдельности в кипящем жире. Готовые стручки выложить на папиросную бумагу или на сито и дать стечь лишнему жиру. Подать на стол с соусом.

4 стручка сладкого перца.

Тесто: 2 яйца, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка воды.

Для начинки: 120 г сыра, нарезанного прямоугольными кусочками, или 100 г скобленого мяса разных сортов с добавлением половины мелко нарубленной луковицы, обжаренной в жире и приправленной солью и перцем.

ЦЫПЛЕНОК, МАРИНОВАННЫЙ ПО-МЕКСИКАНСКИ
(МЕКСИКАНСКАЯ КУХНЯ)

Для маринада смешать апельсиновый, лимонный соки, лук, чеснок, корицу, гвоздику, соль, перец. Залить им куски курицы и поставить в холодильник на несколько часов. Затем вынуть курицу из маринада и быстро обжарить на сильном огне. Залить опять маринадом и тушить около 1 часа. Подавать с рисом.

6 кусков курицы, $^1/_2$ ч. ложки гвоздики, $^1/_2$ ч. ложки корицы, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, $^1/_2$ стакана лимонного сока, 1,5 стакана апельсинового сока, соль, перец.

ЮЖНАЯ АМЕРИКА

ИТАПОА — ПУДИНГ ИЗ КРАБОВ
(БРАЗИЛЬСКАЯ КУХНЯ)

Из маисового крахмала и молока приготовить пудинговую массу. Белый хлеб протереть через сито, смешать с желтком и солью, а затем с остуженной пудинговой массой. Мясо крабов и разрезанные на ломтики помидоры потушить на маргарине, добавив специи. Смешать с основной массой. Взбить белки, добавив немного соли, и вылить их в общую массу. Готовую массу приправить специями, выложить в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями форму и поставить в разогретую духовку на 15 минут для запекания. Выпекать при средней температуре. Готовый пудинг украсить кусочками крабов и помидоров. На гарнир можно подать рис или зеленый салат.

1/2 стакана маисового крахмала, 1 стакан молока, 1 ломтик размягченного в молоке белого хлеба, 2 яйца, 300 г крабов или мяса раков, 1 большой очищенный помидор, перец, майоран, 1 ч. ложка сливочного масла или маргарина, 1 ч. ложка панировочных сухарей, соль, 1 ч. ложка томатной пасты (по желанию).

ТЕЛЯЧЬЯ ПЕЧЕНКА ПО-БРАЗИЛЬСКИ
(БРАЗИЛЬСКАЯ КУХНЯ)

Приготовить маринад из вина, сока 1/2 лимона, натертой луковицы, майорана, лаврового листа, черного перца и соли. Печенку нарезать тонкими ломтиками и оставить на один день в приготовленном маринаде. Затем ломтики печенки обжарить в горячем растительном масле, добавить маринад и жарить на небольшом огне в течение 3—4 минут. В конце жаренья добавить размятый банан, сбрызнуть лимонным соком, осторожно перемешать и сейчас же подать на стол с белым хлебом или отварным рассыпчатым рисом.

250 г телячьей печенки, 1/2 рюмки белого вина, 1 лимон, одна небольшая луковица, 1/2 ч. ложки майорана, 1/2 лаврового листа, 3 ст. ложки растительного масла, 1 банан, черный перец на кончике ножа, 1/2 ч. ложки соли.

БЫЧЬИ ХВОСТЫ ПО-АРГЕНТИНСКИ
(АРГЕНТИНСКАЯ КУХНЯ)

Хвосты разрезать на куски и сильно обжарить в 2 ст. ложках жира. Добавить мелко нарубленный репчатый лук и чеснок, натертую на крупной терке морковь, лавровый лист, гвоздику, тимьян и соль. Мясо тушить на слабом огне, время от времени подливая воду. Приправить солью и перцем, жженым сахаром, соком и цедрой лимона. Продолжать тушение еще 10 минут. Затем протереть соус через сито. Из оставшегося жира и муки приготовить темную подливку, смешать ее с выделившимся во время тушения соком и красным вином. В готовую подливку сложить мясо, все еще раз слегка прокипятить. Блюдо подать в очень горячем виде с отварным рассыпчатым рисом, картофелем или просто с белым хлебом.

750 г бычьих хвостов, 3 ст. ложки жира, 3—4 крупно нарезанные луковицы, 2 дольки чеснока, 1 морковь, 1 лавровый лист, 3 шт. гвоздики, 1 неполная ч. ложка сушеного тимьяна, 1/4 л красного вина, перец, соль, 1 ч. ложка сахара, 1 лимон, 1 ст. ложка муки.

ЭМПАНАДАС — ПИРОЖКИ С НАЧИНКОЙ
(АРГЕНТИНСКАЯ КУХНЯ)

Из указанных продуктов замесить тесто и оставить его на 1 час. Мясо, предназначенное для начинки, мелко порубить или пропустить через мясорубку. Мелко нарубленный лук и толченый чеснок потушить на растительном масле, затем добавить мясо, очищенные анчоусы и каперсы. Сверху посыпать мукой, добавить мясной бульон. Массу следует непрерывно помешивать, чтобы мясо не пригорело. Приправить перцем и майораном и оставить на небольшом огне, чтобы избыточное количество бульона выкипело. Приготовленный таким образам мясной паштет можно подать в виде закуски с белым хлебом.

Тесто для эмпанадас следует раскатать как можно тоньше. Вырезать из него круги диаметром 10 см и выложить на них начинку. По желанию можно добавить небольшое количество изюма или сваренные вкрутую и мелко нарубленные яйца. Края пирожков хорошо закрепить. Перед выпечкой желательно выставить их в холодное место. Печь пирожки в кипящем жире. Можно также предварительно смазать их яйцом и запечь в духовке в течение 20—30 минут. Подавать в горячем виде.

500 г муки, 200 г сливочного масла, 2 желтка, 1/2 стакана теплого молока, 1/2 ч. ложки разрыхлителя (углекислого аммония).

Начинка: 1 тарелка мясных обрезков, 3 луковицы, 1—3 дольки чеснока, 1 ст. ложка каперсов, 80 г анчоусов или 1 ст. ложка анчоусного паштета, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 1/2 стакана мясного бульона, перец, майоран.

СВИНИНА С ЛИМОНОМ ПО-ПЕРУАНСКИ
(перуанская кухня)

Разрезать свинину на небольшие кусочки, обвалять в муке и обжарить на сковороде. Выложить в кастрюлю для тушения; добавить обжаренный на той же сковороде лук, помидоры и зелень и потушить 10 минут. Затем добавить лимонный сок, бульон и тушить, не закрывая крышкой, пока, свинина не станет мягкой. Выключить огонь, залить майонезом, размешать, накрыть крышкой и оставить на плите на 15—20 минут. Подавать с кусочками лимона и вареным картофелем.

1 кг свинины без костей, мука, растительное масло, тертый имбирь (если есть), 2 луковицы, 2 помидора, 1/2 стакана лимонного сока, 2 стакана куриного бульона, 3 ст. ложки майонеза, соль, перец, зелень.

ПИРОЖНОЕ ИЗ МАИСОВОЙ МУКИ ПО-КОЛУМБИЙСКИ
(колумбийская кухня)

Сливочное масло и жир растопить, дать несколько остыть и добавить яйца и просеянную муку. Очень хорошо вымесить и оставить на 1 час. Затем сформовать продолговатые шарики величиной с яйцо, положить их на смазанный маслом противень, в середине каждого шарика сделать небольшое углубление. Поместить противень в духовку. Запекать при средней температуре до тех пор, пока они не станут светло-желтыми. Перед подачей на стол украсить засахаренными фруктами, компотом или ванильным кремом.

125 г сливочного масла или маргарина, 125 г свиного жира, 150 г сахара, 2 яйца, 250 г маисовой муки, 250 г пшеничной муки.

ПЕЧЕНЫЕ АПЕЛЬСИНЫ ПО-ЧИЛИЙСКИ
(чилийская кухня)

Разрезать апельсины пополам поперек, вычистить мякоть и удалить перегородочки. Разогреть масло и смешать с мукой, обжарить, пока мука не зарумянится. Добавить к муке соль, перец, вино, хорошенько размешать; добавить нарезанные грибы, томатный соус, сливки, как следует размешать и добавить апельсиновую мякоть. Заполнить апельсиновые чашки смесью. Взбить яйца и залить каждую чашку яйцом, затем сверху посыпать тертым сыром. Поставить в духовку при температуре 220 °С на 20—25 минут. Подавать к мясным или рыбным блюдам.

4 апельсина, 2 яйца, 1 стакан сливок, 1/4 стакана тертого сыра, 1 ст. ложка томатного соуса, 6—8 грибов, 1/3 стакана сухого вина, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, соль, перец.

ЭКЗОТИЧЕСКИЕ САЛАТЫ ДЛЯ ГУРМАНОВ

САЛАТ «МАРБЕЛЛА»

Яйца сварить вкрутую, опустить в холодную воду, очистить и разрезать каждое на восемь частей. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку, семена и перегородки, мелко нарезать. У капусты удалить внешние листья, разрезать кочан вдоль пополам, затем — поперек, широкими кусочками. Положить нарезанную капусту в сито, вымыть под струей холодной воды, обсушить.

Шампиньоны вымыть или тщательно протереть салфеткой. Ножки грибов внизу немного срезать. Затем нарезать грибы тонкими пластинками и сбрызнуть лимонным соком.

Киви очистить, разрезать пополам, затем — тонкими кусочками. Креветки и кукурузу откинуть на сито.

Все компоненты салата красиво разложить на порционных тарелках. Смешать все компоненты заправки и полить салат.

4 яйца, 1 стручок сладкого перца, 250 г китайской капусты (пекинская салатная капуста), 100 г шампиньонов, лимонный сок, 1 киви, 200 г консервированных креветок, 1 банка консервированной кукурузы.

Для заправки: 1 ст. ложка томатного кетчупа, 1 ч. ложка майонеза, 2 ст. ложка йогурта, соль, молотый черный перец, 1 ст. ложка уксуса, 1 щепотка сахара или использовать готовую заправку «Марбелла» (2 пакетика).

САЛАТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ, СЫРА И ЦИКОРИЯ
(мальтийская кухня)

Промыть и обсушить цикорий, затем нарезать полосками толщиной в палец. Положить на дно плоской стеклянной посуды. Очистить апельсины, удалив сердцевину, и нарезать тонкими кружочками так, чтобы не вытек сок. Нарезать кружочками лук, сыр нарезать тонкими полосочками. Уложить кружочки апельсинов и лука на цикорий по краю посуды. Затем положить сверху сыр так, чтобы получился узор в виде звезды. Наконец добавить очищенные от косточек оливки. Смешать все ингредиенты приправы, добавив и сок, образовавшийся при разрезании апельсинов. Залить салат приправой, закрыть фольгой и поставить в холодильник по меньшей мере на 30 минут.

Если вам не очень нравится горьковатый вкус цикория, перед приготовлением салата нужно намочить его на 10—15 ми-

нут в воде, добавив туда немного соли и уксуса. Перед употреблением промыть водой.

400 г цикория (2 средней величины), 4 апельсина, 1 средняя луковица, 200 г соленого овечьего сыра, 10—15 черных оливок.

Для приправы: процеженный сок 2 лимонов, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка свежемолотого перца, соль.

РЫБНЫЙ САЛАТ С АПЕЛЬСИНАМИ

Рыбу сбрызнуть уксусом, посолить, поперчить. Тушить в собственном соку 15 минут, затем измельчить. Лапшу отварить в подсоленной воде. Перемешать рыбу и лапшу. Измельчить вымоченное филе килек, репчатый лук, яблоко без кожицы и семян, огурец и добавить к рыбе с лапшой. Салат заправить соусом, приготовленным из горчицы, 5 ст. ложек уксуса, соли, перца и растительного масла. Очищенный апельсин нарезать и добавить в салат. Салат украсить яйцами, сваренными вкрутую, разрезанными на 8 частей.

500 г филе рыбы, 5 килек, 200 г лапши или вермишели, 2 яйца, 2 апельсина, 1 яблоко, 1 маринованный огурец, 1 луковица, молотый перец, соль, 2 ч. ложки горчицы, уксус, растительное масло.

САЛАТ «АКАПУЛЬКО»

Хорошо промыть кукурузу и брюссельскую капусту и положить в глубокую салатницу. Затем добавить нарезанные кубиками помидоры и огурцы, а также разорванный на кусочки салат. Все перемешать. Смешать накрошенный укроп с соусом тартар и залить салат приправой. Хорошо охладить перед подачей на стол. Подавать его можно в качестве гарнира или закуски.

200 г вареной сладкой кукурузы, 200 г плотных помидоров, 100 г огурцов, 100 г вареной брюссельской капусты, 1 вилок салата.

Для приправы: 200 мл соуса тартар, 1 пучок свежего укропа.

САЛАТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И САВОЙСКОЙ КАПУСТЫ

Капусту разрезать пополам или на четыре части в зависимости от размера. Промыть и отварить в слегка подсоленной воде в течение 5 минут. Вынуть из воды шумовкой и сразу же окунуть в холодную воду для сохранения цвета. Затем хорошо обсушить и оставить, пока совсем не остынет. Удалить кочерыжку и нарезать полосками шириной в палец. Очистить луковицу, нарезать тонкими кружочками и разделить на кольца. Очистить апельсины, не забыв удалить сердцевину, и нарезать тонкими ломтиками или дольками. Осторожно перемешать в салатнице.

500 г савойской капусты, 2 апельсина, 1 средняя луковица, соль.

Для приправы: 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки винного уксуса, сок и натертая цедра 1 апельсина, соль, перец.

САЛАТ ИЗ ФИНИКОВ, МОРКОВИ И ИМБИРЯ

Очистить морковь и натереть на крупной терке. Разрезать пополам финики, удалить косточки, снова разрезать пополам и добавить к моркови. Нарезать тонкими кружочками порей. Приготовить приправу и смешать с салатом. Охладить по меньшей мере в течение 1 часа. Промыть листья салата в большом количестве воды. Хорошо обсушить, выложить ими салатницу.

400 г моркови, 100 г сушеных фиников, 1 стебель порея, листья салата, петрушка.

Для приправы: сок 1 лимона и натертая цедра, 1 ст. ложка меда, 1 щепотка молотого имбиря, соль.

ПИКАНТНЫЙ ЛУКОВЫЙ САЛАТ

Этот салат приготавливается за 1 день до подачи на стол. Очистить и нарезать кружочками луковицы, затем разделить на кольца. Добавить мелко нарезанный зеленый лук, масло и процеженный лимонный сок. Положить все в банку с закручивающейся крышкой и поставить на 1 день на наименее холодную полку холодильника.

Достать салат из холодильника за 30 минут до подачи на стол. Положить в глубокую салатницу, добавить каперсы, очищенные от косточек оливки, анчоусы и нарезанный кубиками сыр. Приправить по вкусу перцем (не солить, так как анчоусы соленые) и хорошо перемешать. Украсить сверху ломтиками или дольками сваренных вкрутую яиц.

500 г лука, 3 ст. ложки оливкового масла, сок 2 лимонов, 4 крутых яйца, 1 ст. ложка каперсов, 10—15 оливок, 8—10 анчоусов, 1 пучок зеленого лука, 150 г зрелого овечьего (или копченого) сыра, перец.

САЛАТ ИЗ СЫРА ДЛЯ ГУРМАНОВ

Салат получится тем вкуснее, чем больше взять сортов сыра. В него обязательно должен входить какой-либо копченый сыр. Сыр нарезать кубиками и положить в глубокую миску, затем добавить предварительно промытые, осушенные

и нарезанные кубиками помидоры, отцеженные и измельченные анчоусы, каперсы и нарезанные кружочками яйца.

Смешать все ингредиенты приправы. Соли добавить очень мало, так как ее достаточно в анчоусах и каперсах. Залить приправой салат и осторожно встряхнуть.

Положить салат в глубокую салатницу, выложенную листьями салата, и подать на стол.

350 г твердого сыра (взять по крайней мере 3 разных вида), 200 г крепких помидоров, 2 крутых яйца, 6—8 анчоусов, 15—20 каперсов, несколько листьев салата.

Для приправы: 4 ст. ложки растительного масла, сок 1 лимона, щепотка сушеного орегано, соль, перец.

САЛАТ «ВИКИНГ»

Отцедить фасоль и положить в глубокую миску. Добавить очищенный и нарезанный тонкими кружочками лук, растертый чеснок и нарезанную ломтиками рыбу. Приготовить приправу, залить салат и очень осторожно встряхнуть. Накрыть крышкой и охладить 1 час. Выложить салатницу тщательно промытыми, осушенными и нарезанными салатными листьями. Сверху уложить салат и украсить ломтиками яиц и петрушкой.

1 вилок салата, 100 г вареной пестрой фасоли, 1 средняя луковица, 150 г консервированного тунца или сардин в масле, 2 крутых яйца, 1 зубок чеснока.

Для приправы: 3—4 ст. ложки масла (из консервы), 1—2 ст. ложки винного уксуса, соль, перец.

СРЕДИЗЕМНОМОРСКИЙ САЛАТ

Промыть салат в большом количестве проточной воды, затем тщательно обсушить. Промыть огурец, помидоры и редис, нарезать кружочками. Нарезать кубиками лук и зеленый перец, оливки и корнишон нарезать ломтиками. Вынуть тунец и сардины из масла, дать стечь, затем накрошить в миску. Осторожно смешать с овощами.

Для приготовления приправы: растереть уксус и масло до образования пышной массы. Приправить по вкусу травами и специями, залить салат и охладить в течение 1 часа. Перед самой подачей на стол выложить глубокую салатницу салатными листьями. Сверху наложить салат и украсить дольками сваренных вкрутую яиц и измельченным базиликом.

1 небольшой вилок салата, 100 г огурцов, 1 большой корнишон, 4 крепких, мясистых помидора, 1 большая луковица, 1 пучок редиса, 1 стручок зеленого или желтого перца, 2 крутых яйца, 10 очищенных от косточек или фаршированных оливок, 150 г тунца в масле, 150 г сардин в масле.

Для приправы: 6 ст. ложек яблочного или винного уксуса, 6 ст. ложек оливкового масла, 1 ч. ложка горчицы, по 1-й щепотки соли, перца, майорана, красной паприки, чесночного порошка, 1 щепотка соли с сельдереем, 6—8 мелко нарезанных листьев базилика.

САЛАТ ЦЕЗАРЯ

Зубчик чеснока раздробить, залить растительным маслом, накрыть и оставить на несколько часов. Белую булку нарезать маленькими кубиками 1×1×1 см и подсушить их в духовке. Затем обжарить их в небольшом количестве чесночного масла. Салат большими кусками сложить в миску и хорошенько перемешать с остальным чесночным маслом и свежеразмолотым черным перцем (размолоть очень крупно). Разбить в салат 2 сваренных яйца (частично жидких), добавить лимонный сок, перемешать. Добавить мелко нарезанную селедку и сыр и снова перемешать. Сухарики добавить в каждую порцию отдельно, чтобы они не успели размокнуть и оставались хрустящими.

1 зубчик чеснока, 200 г оливкового масла, 2 стакана сухариков, 2 пучка салата, 0,5 ч. ложки соли, свежемолотый перец, 2 яйца, вареные 1 минуту, сок 1 лимона, 0,25 селедки, мелко нарезанной, 50 г натертого твердого сыра.

САЛАТ С ОГУРЦАМИ И АПЕЛЬСИНАМИ

Очистить и нарезать кружками апельсины. Нарезать кружками огурцы. Нарезать лук тонкими кружками и разобрать на отдельные кольца. Целые листья салата положить в салатницы. Перемешать их с апельсинами и огурцами. Луковые кольца выложить сверху узором одно на другое. Смешать растительное масло, винный уксус, соль, перец. Залить салат заправкой перед подачей на стол.

3 больших апельсина, 1 небольшой огурец, 2 пучка салата, $^1/_2$ средней луковицы, 150 г растительного масла, 3 ст. ложки винного уксуса, $^1/_4$ ч. ложки перца (белого), соль, свежемолотый черный перец по вкусу.

САЛАТ НИКОЗИЙСКИЙ

Помидоры нарезать четвертушками, лук нарезать тонкими кольцами, перец нарезать тонкими полосками, редиску — колечками, капусту — большими кусками, селедку — тонкими полосками, маслины нарезать на половинки, яйца — на чет-

вертушки. Смешать все овощи и залить заправкой из масла, уксуса и зелени. Смешать так, чтобы яйца были наверху.

4 помидора, 1 луковица, 1 сладкий перец, 12 редисок, 6 листьев салатной капусты, $^1/_2$ селедки, 12 маслин, 3 яйца, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, соль, перец, зелень.

САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ С САЛЯМИ

Натереть салатницу чесноком. Соединить петрушку, лук, салат, помидор и фасоль, посолить и поперчить. Нарезать салями тонкими длинными ломтиками и смешать с остальными ингредиентами. Приготовить заправку, смешав растительное масло, уксус, соль и красный перец. Залить ею салат и перемешать.

1 зубчик чеснока (необязательно), мелко нарезанная петрушка, $^1/_2$ небольшой луковицы, 1 пучок салата или салатная капуста, 1 помидор, мелко нарезанный, 200 г консервированной или вареной фасоли (красили), соль, перец по вкусу, 4 тонко нарезанных куска салями.

Заправка: 200 г растительного масла, 3 ст. ложки уксуса, 1 ч. ложка соли, 1 кофейная ложка красного перца.

САЛАТ ОВОЩНОЙ СО СПАГЕТТИ

Нарезать и смешать все овощи, зелень, сыр, растительное масло, лимонный сок и оставить на 2 часа пропитаться. Перед подачей на стол сварить спагетти, остудить и перемешать с овощами.

300 г спагетти (тонкие длинные макароны), 4 спелых помидора, 1—2 зубчика чеснока (по вкусу), 8—10 маслин, косточки лучше удалить, 4 ст. ложки натертого сыра, 1 соленый огурец или половина малосольной селедки, 4 ст. ложки растительного масла, зелень укропа, петрушки, кинзы, 1 ст. ложка лимонного сока.

САЛАТ ИЗ ЯБЛОК И КЛУБНИКИ

Яблоки вымыть, вытереть, разрезать на четыре части, удалить сердцевину, нарезать тонкими дольками и сбрызнуть лимонным соком. Клубнику вымыть и мелко нарезать. Кефир, сметану, мед, ваниль и корицу взбить в пену.

Яблоки и клубнику разложить на тарелках, полить соусом и посыпать фисташками.

4 яблока, 2 ст. ложки лимонного сока, 250 г клубники, 150 мл кефира, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки меда, на кончике ножа натуральной ванили, на кончике ножа корицы, 2 ст. ложки разрезанных пополам фисташек.

СОДЕРЖАНИЕ

Издание для досуга

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ МИРА

Автор-составитель
СМИРНОВА ЛЮБОВЬ

Ответственная за выпуск *В. Н. Волкова*

Подписано в печать с готовых диапозитивов заказчика 25.02.09.
Формат 84×108[1]/[32]. Бумага газетная. Печать высокая с ФПФ.
Усл. печ. л. 3,36. Тираж 15 000 экз. Заказ 360.

ООО «Харвест». ЛИ № 02330/0150205 от 30.04.2004.
Республика Беларусь, 220013, Минск,
ул. Кульман, д. 1, корп. 3, эт. 4, к. 42.
E-mail редакции: harvest@anitex.by

ОАО «Полиграфкомбинат им. Я. Коласа».
ЛП № 02330/0056617 от 27.03.2004.
Республика Беларусь, 220600, Минск, ул. Красная, 23.